



### 3. Merkerser Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2009

#### evaluación detallada

**Steinbrecher, Diethard**

Asociación: 100 Marathon-Club Deutschland

Dorsal: 83

recorrido: 40.95 km

Marathon

categoría:

Männer M55

tiempo total: 3:50:58

velocidad: 10.39 km/h

rendimiento en carrera: 5:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 29 (de 78)

posición en el recorrido/Men: 29 (de 74)

mejor tiempo del recorrido: 2:45:36

posición en la categoría: 1(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 3:50:58

#### tiempos parciales

#### stage score

#### Total score

| control          | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapaposisió<br>min/km | stage score |          |         | Total score |                 |                   |         |          |         |     |         |
|------------------|-------------|-----------------|------------------------|-------------|----------|---------|-------------|-----------------|-------------------|---------|----------|---------|-----|---------|
|                  |             |                 |                        | retraso     | posición | retraso | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>posición | retraso | posición | retraso |     |         |
|                  |             |                 |                        | Men         | Men      | Men     | Men         | Men             | Men               | Men     | Men      | Men     | Men |         |
| vuelta 1         | 3.15        | 17:01           | 5:24                   | 7           | 2:32     | 46      | 5:31        | 3.15            | 17:01             | 5:24    | 1        | -       | 65  | 1:02    |
| vuelta 2         | 3.15        | 17:16           | 5:28                   | 4           | 2:05     | 42      | 5:23        | 6.30            | 34:17             | 5:26    | 1        | -       | 9   | 0:56    |
| vuelta 3         | 3.15        | 17:20           | 5:30                   | 5           | 1:42     | 42      | 17:16       | 9.45            | 51:37             | 5:27    | 1        | -       | 65  | 0:22    |
| vuelta 4         | 3.15        | 17:31           | 5:33                   | 4           | 1:30     | 42      | 5:17        | 12.60           | 1:09:08           | 5:29    | 1        | -       | 65  | 0:44    |
| vuelta 5         | 3.15        | 17:24           | 5:31                   | 2           | 0:50     | 36      | 5:03        | 15.75           | 1:26:32           | 5:29    | 1        | -       | 65  | 0:11    |
| vuelta 6         | 3.15        | 18:22           | 5:49                   | 4           | 1:46     | 44      | 5:53        | 18.90           | 1:44:54           | 5:33    | 1        | -       | 65  | 0:30    |
| vuelta 7         | 3.15        | 17:25           | 5:31                   | 1           | -        | 29      | 4:50        | 22.05           | 2:02:19           | 5:32    | 1        | -       | 65  |         |
| vuelta 8         | 3.15        | 18:08           | 5:45                   | 2           | 0:51     | 34      | 5:18        | 25.20           | 2:20:27           | 5:34    | 1        | -       | 65  |         |
| vuelta 9         | 3.15        | 17:55           | 5:41                   | 1           | -        | 29      | 5:01        | 28.35           | 2:38:22           | 5:35    | 1        | -       | 65  |         |
| vuelta 10        | 3.15        | 18:36           | 5:54                   | 1           | -        | 28      | 5:27        | 31.50           | 2:56:58           | 5:37    | 1        | -       | 65  |         |
| vuelta 11        | 3.15        | 18:18           | 5:48                   | 1           | -        | 25      | 4:57        | 34.65           | 3:15:16           | 5:38    | 1        | -       | 65  |         |
| vuelta 12        | 3.15        | 17:58           | 5:42                   | 1           | -        | 18      | 4:40        | 37.80           | 3:33:14           | 5:38    | 1        | -       | 65  |         |
| última vuelta me | 3.15        | 17:44           | 5:37                   | 1           | -        | 18      | 4:31        | 40.95           | 3:50:58           | 5:38    | 1        | -       | 29  | 1:05:22 |