



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

evaluación detallada

Hell, Roland

Asociación: Zeitjäger

Dorsal: 23

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Männer M40

tiempo total: 2:45:24

velocidad: 7.98 km/h

rendimiento en carrera: 7:16 min/km

posición en el recorrido/Total: 6 (de 7)

posición en el recorrido/Men: 5 (de 6)

mejor tiempo del recorrido: 1:48:49

posición en la categoría: 2(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 1:52:39

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
vuelta 1	3.25	17:43	5:27	2	2:30	4	3:55	3.25	17:43	5:27	1	-	3	3:55
vuelta 2	3.25	22:25	6:53	2	6:42	6	7:34	6.50	40:08	6:10	1	-	3	11:21
vuelta 3	3.25	23:21	7:11	2	7:38	6	7:55	9.75	1:03:29	6:30	1	-	3	18:15
vuelta 4	3.25	23:26	7:12	2	7:45	5	8:07	13.00	1:26:55	6:41	1	-	1	-
vuelta 5	3.25	25:32	7:51	2	9:40	6	9:48	16.25	1:52:27	6:55	1	-	3	33:43
vuelta 6	3.25	27:07	8:20	2	10:47	6	10:51	19.50	2:19:34	7:09	1	-	3	42:57
última vuelta me	3.25	25:50	7:56	2	7:43	5	8:58	22.75	2:45:24	7:16	2	52:45	5	56:35