



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

evaluación detallada

Habelt, Holger

Asociación: Rennsteiglauf-Verein Suhl
Dorsal: 40

recorrido: 22.75 km
Halbmarathon

categoría:
Männer M45

tiempo total: 2:24:59

velocidad: 9.10 km/h
rendimiento en carrera: 6:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 5 (de 7)

posición en el recorrido/Men: 4 (de 6)

mejor tiempo del recorrido: 1:48:49

posición en la categoría: 3(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 1:48:49

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso			
			Men	Men	Men				Men	Men	Men			
vuelta 1	3.25	19:09	5:53	3	5:21	5	5:21	3.25	19:09	5:53	3	5:21	5	5:21
vuelta 2	3.25	20:15	6:13	3	5:24	4	5:24	6.50	39:24	6:03	3	10:37	5	10:37
vuelta 3	3.25	20:09	6:11	3	4:43	4	4:43	9.75	59:33	6:06	3	14:19	5	14:19
vuelta 4	3.25	21:15	6:32	3	5:56	4	5:56	13.00	1:20:48	6:12	1	-	3	
vuelta 5	3.25	21:20	6:33	3	5:36	4	5:36	16.25	1:42:08	6:17	3	23:24	5	23:24
vuelta 6	3.25	21:08	6:30	3	4:52	4	4:52	19.50	2:03:16	6:19	3	26:39	6	26:39
última vuelta me	3.25	21:43	6:40	3	4:51	4	4:51	22.75	2:24:59	6:22	3	36:10	4	36:10