



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

evaluación detallada

Gasa, Carola

Asociación: SV Mihla

Dorsal: 94

recorrido: 42.25 km

Marathon

categoría:

Frauen W45

tiempo total: 3:49:42

velocidad: 10.97 km/h

rendimiento en carrera: 5:26 min/km

posición en el recorrido/Total: 31 (de 86)

posición en el recorrido/Women: 2 (de 12)

mejor tiempo del recorrido: 3:24:35

posición en la categoría: 1(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 3:49:42

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | stage score | | | | Total score | | | | | | |
|------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------------------|----------------------|------------------|------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------------|-------------------|------------------|
| | | | | retraso categoría | retraso categoría | retraso Women | retraso Women | Total km | Total tiempo | Total min/km | posición categoría | retraso categoría | posición Women | retraso Women |
| vuelta 1 | 3.25 | 16:02 | 4:56 | 1 | - | 3 | 1:19 | 3.25 | 16:02 | 4:56 | 1 | - | 2 | 1:19 |
| vuelta 2 | 3.25 | 17:06 | 5:15 | 1 | - | 2 | 2:13 | 6.50 | 33:08 | 5:05 | 1 | - | 2 | 3:32 |
| vuelta 3 | 3.25 | 17:21 | 5:20 | 1 | - | 3 | 2:14 | 9.75 | 50:29 | 5:10 | 1 | - | 2 | 5:46 |
| vuelta 4 | 3.25 | 16:45 | 5:09 | 1 | - | 2 | 1:28 | 13.00 | 1:07:14 | 5:10 | 3 | - | 12 | |
| vuelta 5 | 3.25 | 16:47 | 5:09 | 1 | - | 2 | 1:29 | 16.25 | 1:24:01 | 5:10 | 1 | - | 2 | 8:43 |
| vuelta 6 | 3.25 | 17:25 | 5:21 | 1 | - | 2 | 2:10 | 19.50 | 1:41:26 | 5:12 | 1 | - | 2 | 10:53 |
| vuelta 7 | 3.25 | 17:01 | 5:14 | 1 | - | 2 | 1:06 | 22.75 | 1:58:27 | 5:12 | 1 | - | 2 | 11:59 |
| vuelta 8 | 3.25 | 17:49 | 5:28 | 1 | - | 2 | 2:04 | 26.00 | 2:16:16 | 5:14 | 1 | - | 1 | - |
| vuelta 9 | 3.25 | 17:45 | 5:27 | 1 | - | 2 | 1:47 | 29.25 | 2:34:01 | 5:15 | 1 | - | 2 | 15:50 |
| vuelta 10 | 3.25 | 18:02 | 5:32 | 1 | - | 2 | 1:38 | 32.50 | 2:52:03 | 5:17 | 1 | - | 2 | 17:28 |
| vuelta 11 | 3.25 | 18:27 | 5:40 | 1 | - | 3 | 1:44 | 35.75 | 3:10:30 | 5:19 | 1 | - | 2 | 19:12 |
| vuelta 12 | 3.25 | 19:13 | 5:54 | 1 | - | 3 | 2:24 | 39.00 | 3:29:43 | 5:22 | 1 | - | 1 | - |
| última vuelta me | 3.25 | 19:59 | 6:08 | 1 | - | 4 | 3:31 | 42.25 | 3:49:42 | 5:26 | 1 | - | 2 | 25:07 |