



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

evaluación detallada

Berner, Roland

Asociación: LG Bad Frankenhausen/Göllingen

Dorsal: 300

recorrido: 9.75 km

10 km Lauf

categoría:

Männer M50

tiempo total: 48:26

velocidad: 11.15 km/h

rendimiento en carrera: 4:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 76 (de 150)

posición en el recorrido/Men: 72 (de 128)

mejor tiempo del recorrido: 32:24

posición en la categoría: 8(de 14)

mejor tiempo en la categoría: 39:41

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
vuelta 1	3.25	15:49	4:51	8	3:45	84	5:36	3.25	15:49	4:51	8	3:45	72	5:36
vuelta 2	3.25	16:30	5:04	7	3:00	67	5:18	6.50	32:19	4:58	8	6:36	72	10:54
última vuelta me	3.25	16:07	4:57	6	2:24	62	5:08	9.75	48:26	4:58	8	8:45	74	25:40