



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

evaluación detallada

Kirst, Reinhard

Asociación: Elmshorn

Dorsal: 289

recorrido: 9.75 km

10 km Lauf

categoría:

Männer M45

tiempo total: 48:46

velocidad: 12.00 km/h

rendimiento en carrera: 5:00 min/km

posición en el recorrido/Total: 81 (de 150)

posición en el recorrido/Men: 77 (de 128)

mejor tiempo del recorrido: 32:24

posición en la categoría: 13(de 23)

mejor tiempo en la categoría: 37:30

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men	
vuelta 1	3.25	15:30	4:46	15	3:44	83	3.25	15:30	4:46	12	0:46	77	5:17
vuelta 2	3.25	16:30	5:04	11	3:36	67	6.50	32:00	4:55	12	0:14	77	10:35
última vuelta me	3.25	16:46	5:09	12	3:56	74	9.75	48:46	5:00	13	11:16	79	26:00