



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

evaluación detallada

Amthor, Holger

Asociación: S1 fitunlimited Suhl

Dorsal: 277

recorrido: 9.75 km

10 km Lauf

categoría:

Männer M45

tiempo total: 49:08

velocidad: 10.99 km/h

rendimiento en carrera: 5:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 82 (de 150)

posición en el recorrido/Men: 78 (de 128)

mejor tiempo del recorrido: 32:24

posición en la categoría: 14(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	15:17	4:42	12	3:31	75	3.25	15:17	4:42	11	0:33	78	5:04
vuelta 2	3.25	16:53	5:11	13	3:59	76	6.50	32:10	4:56	11	0:24	78	10:45
última vuelta me	3.25	16:58	5:13	13	4:08	82	9.75	49:08	5:02	14	11:38	80	26:22