



5. Kristallmarathon im Erlebnisbergwerk Merkers

Merkers / 20.02.2011

evaluación detallada

PASTOMSKI, Ralf

Asociación: Viba-Anschütz-Team

Dorsal: 326

recorrido: 9.75 km

10 km Lauf

categoría:

Männer M45

tiempo total: 50:22

velocidad: 11.61 km/h

rendimiento en carrera: 5:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 105 (de 207)

posición en el recorrido/Men: 99 (de 156)

mejor tiempo del recorrido: 32:53

posición en la categoría: 25(de 34)

mejor tiempo en la categoría: 38:40

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 posición	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
vuelta 1	3.25	16:52	5:11	23	4:37	99	6:17	3.25	16:52	5:11	8	98	6:17	
vuelta 2	3.25	17:05	5:15	25	3:56	96	6:04	6.50	33:57	5:13	8	86	12:21	
última vuelta me	3.25	16:25	5:03	22	3:25	86	5:08	9.75	50:22	5:09	25	11:42	99	18:46