



5. Kristallmarathon im Erlebnisbergwerk Merkers

Merkers / 20.02.2011

evaluación detallada

HÖLZEL, Holger

Asociación: Vorwärts Köln

Dorsal: 52

recorrido: 42.25 km

Marathon

categoría:

Männer M40

tiempo total: 3:41:55

velocidad: 11.36 km/h

rendimiento en carrera: 5:15 min/km

posición en el recorrido/Total: 41 (de 143)

posición en el recorrido/Men: 40 (de 129)

mejor tiempo del recorrido: 2:55:38

posición en la categoría: 8(de 23)

mejor tiempo en la categoría: 3:12:05

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso				
				posición	retraso	Men				posición	retraso	Men		
vuelta 1	3.25	14:27	4:26	2	0:53	17	2:10	3.25	14:27	4:26	15	46		
vuelta 2	3.25	15:26	4:44	5	1:45	33	2:35	6.50	29:53	4:35	15	46		
vuelta 3	3.25	16:13	4:59	8	2:11	41	3:18	9.75	46:06	4:43	15	46		
vuelta 4	3.25	16:21	5:01	7	2:18	41	3:28	13.00	1:02:27	4:48	15	34		
vuelta 5	3.25	16:32	5:05	9	2:20	43	3:31	16.25	1:18:59	4:51	15	46		
vuelta 6	3.25	16:17	5:00	5	1:50	34	3:24	19.50	1:35:16	4:53	15	46		
vuelta 7	3.25	17:00	5:13	10	2:27	47	3:50	22.75	1:52:16	4:56	15	46		
vuelta 8	3.25	17:00	5:13	7	2:21	39	3:28	26.00	2:09:16	4:58	15	42	25:02	
vuelta 9	3.25	18:02	5:32	10	3:11	46	4:24	29.25	2:27:18	5:02	15	42	29:14	
vuelta 10	3.25	17:05	5:15	4	1:51	28	3:02	32.50	2:44:23	5:03	15	41	32:16	
vuelta 11	3.25	18:00	5:32	5	2:24	31	3:52	35.75	3:02:23	5:06	15	40	36:08	
vuelta 12	3.25	19:18	5:56	9	3:11	46	5:27	39.00	3:21:41	5:10	15	40	40:43	
última vuelta me	3.25	20:14	6:13	10	4:11	62	6:39	42.25	3:41:55	5:15	10	1:10:15	46	1:12:12