



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

evaluación detallada

Pastowski, Ralf

Asociación: Viba-Anschütz-Team

Dorsal: 80

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 1:57:00

velocidad: 11.67 km/h

rendimiento en carrera: 5:08 min/km

posición en el recorrido/Total: 34 (de 128)

posición en el recorrido/Men: 34 (de 109)

mejor tiempo del recorrido: 1:26:57

posición en la categoría: 6(de 16)

mejor tiempo en la categoría: 1:39:39

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
				Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men
vuelta 1	3.25	16:45	5:09	6	2:29	45	4:29	3.25	16:45	5:09	6	16:45	39	16:45
vuelta 2	3.25	16:28	5:03	6	2:34	44	4:11	6.50	33:13	5:06	6	33:13	39	33:13
vuelta 3	3.25	16:26	5:03	6	2:22	35	4:15	9.75	49:39	5:05	6	49:39	36	49:39
vuelta 4	3.25	16:41	5:08	7	2:26	36	4:29	13.00	1:06:20	5:06	6	1:06:20	35	1:06:20
vuelta 5	3.25	16:36	5:06	5	2:11	25	4:01	16.25	1:22:56	5:06	6	1:08:07	34	1:08:07
vuelta 6	3.25	16:51	5:11	4	2:32	23	4:13	19.50	1:39:47	5:07	6	1:07:07	33	1:07:07
última vuelta me	3.25	17:13	5:17	5	2:47	27	16:48	22.75	1:57:00	5:08	6	17:21	40	1:12:36