



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

evaluación detallada

Lehmbäcker, Henning

Asociación: Freizeit

Dorsal: 126

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 2:29:52

velocidad: 8.81 km/h

rendimiento en carrera: 6:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 105 (de 128)

posición en el recorrido/Men: 93 (de 109)

mejor tiempo del recorrido: 1:26:57

posición en la categoría: 16(de 21)

mejor tiempo en la categoría: 1:46:21

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | retraso | | | Total km | Total tiempo | Total min/km | retraso | | | Total Men | Total Men |
|------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------|-----------|-----|-------------|-----------------|-----------------|----------|-----------|-----|--------------|--------------|
| | | | | posición | categoría | Men | | | | posición | categoría | Men | | |
| vuelta 1 | 3.25 | 20:12 | 6:12 | 18 | 5:44 | 99 | 3.25 | 20:12 | 6:12 | 7 | 1:35 | 94 | 20:12 | |
| vuelta 2 | 3.25 | 20:28 | 6:17 | 18 | 5:42 | 101 | 6.50 | 40:40 | 6:15 | 7 | 3:35 | 94 | 40:40 | |
| vuelta 3 | 3.25 | 21:25 | 6:35 | 18 | 6:32 | 98 | 9.75 | 1:02:05 | 6:22 | 7 | 6:38 | 91 | 1:02:05 | |
| vuelta 4 | 3.25 | 21:58 | 6:45 | 17 | 6:58 | 95 | 13.00 | 1:24:03 | 6:27 | 7 | 10:12 | 90 | 1:24:03 | |
| vuelta 5 | 3.25 | 22:15 | 6:50 | 16 | 6:52 | 93 | 16.25 | 1:46:18 | 6:32 | 7 | 13:58 | 89 | 1:31:29 | |
| vuelta 6 | 3.25 | 21:21 | 6:34 | 15 | 7:14 | 88 | 19.50 | 2:07:39 | 6:32 | 7 | 16:18 | 88 | 1:34:59 | |
| última vuelta me | 3.25 | 22:13 | 6:50 | 16 | 21:48 | 91 | 22.75 | 2:29:52 | 6:35 | 17 | 1:16:32 | 99 | 1:45:28 | |