



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 min	Total Men
				retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso		
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	