



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

evaluación detallada

Pommer, Mario

Asociación: Meddys LWT Koblenz

Dorsal: 579

recorrido: 42.25 km

Marathon

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 3:32:55

velocidad: 11.84 km/h

rendimiento en carrera: 5:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 22 (de 148)

posición en el recorrido/Men: 22 (de 130)

mejor tiempo del recorrido: 2:45:50

posición en la categoría: 4(de 28)

mejor tiempo en la categoría: 2:51:44

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		
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
vuelta 1	3.25	15:50	4:52	14	3:02	57	3:34	3.25	15:50	4:52	24	25	3:02	
vuelta 2	3.25	15:51	4:52	11	2:27	45	3:13	6.50	31:41	4:52	24	25	5:29	
vuelta 3	3.25	16:07	4:57	11	3:06	50	3:36	9.75	47:48	4:54	24	25	7:31	
vuelta 4	3.25	15:57	4:54	10	3:00	40	3:26	13.00	1:03:45	4:54	24	25	8:57	
vuelta 5	3.25	15:55	4:53	8	2:47	33	3:18	16.25	1:19:40	4:54	24	25	9:49	
vuelta 6	3.25	15:50	4:52	7	2:55	27	3:12	19.50	1:35:30	4:53	24	25	8:48	
vuelta 7	3.25	16:20	5:01	8	3:02	33	3:40	22.75	1:51:50	4:54	24	25	7:10	
vuelta 8	3.25	15:41	4:49	5	2:23	21	3:04	26.00	2:07:31	4:54	24	24	1:37	
vuelta 9	3.25	15:50	4:52	4	2:38	17	3:07	29.25	2:23:21	4:54	24	24	0:30	
vuelta 10	3.25	16:20	5:01	3	2:55	15	3:31	32.50	2:39:41	4:54	24	24		
vuelta 11	3.25	17:02	5:14	4	3:48	19	4:00	35.75	2:56:43	4:56	24	24		
vuelta 12	3.25	17:40	5:26	7	4:13	26	4:16	39.00	3:14:23	4:59	24	23		
última vuelta me	3.25	18:32	5:42	9	18:15	40	18:15	42.25	3:32:55	5:02	5	1:47:58	25	3:12:44