



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

evaluación detallada

Palm, Kathrin

Asociación: LWV- Potsdam

Dorsal: 576

recorrido: 42.25 km

Marathon

categoría:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 4:23:02

velocidad: 9.58 km/h

rendimiento en carrera: 6:14 min/km

posición en el recorrido/Total: 101 (de 148)

posición en el recorrido/Women: 5 (de 18)

mejor tiempo del recorrido: 3:43:33

posición en la categoría: 2(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 4:06:44

control	tiempos parciales								stage score				Total score			
	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	etapa posición categoría	retraso categoría	etapa posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	Total posición categoría	retraso categoría	Total posición Women	retraso Women		
vuelta 1	3.25	17:53	5:30	4	1:41	6	1:41	3.25	17:53	5:30	3		13	0:02		
vuelta 2	3.25	18:26	5:40	4	1:46	7	1:54	6.50	36:19	5:35	3		13	0:10		
vuelta 3	3.25	19:15	5:55	4	2:27	8	2:30	9.75	55:34	5:41	3		13	0:41		
vuelta 4	3.25	19:19	5:56	3	2:13	7	2:37	13.00	1:14:53	5:45	3		13	0:41		
vuelta 5	3.25	19:59	6:08	4	2:37	9	3:26	16.25	1:34:52	5:50	3		13	1:05		
vuelta 6	3.25	19:33	6:00	3	1:51	6	2:37	19.50	1:54:25	5:52	3		13	0:50		
vuelta 7	3.25	20:10	6:12	3	1:19	7	1:56	22.75	2:14:35	5:54	3		13	0:39		
vuelta 8	3.25	20:52	6:25	3	0:33	8	3:45	26.00	2:35:27	5:58	3		13	0:26		
vuelta 9	3.25	21:11	6:31	3	0:35	6	3:43	29.25	2:56:38	6:02	3		13			
vuelta 10	3.25	21:30	6:36	3	0:18	7	3:23	32.50	3:18:08	6:05	2	14:38	13			
vuelta 11	3.25	21:28	6:36	2	0:18	6	3:46	35.75	3:39:36	6:08	2	14:27	13			
vuelta 12	3.25	21:42	6:40	3	0:43	7	3:49	39.00	4:01:18	6:11	2	14:37	14			
última vuelta me	3.25	21:44	6:41	3	1:41	6	4:34	42.25	4:23:02	6:13	3	40:59	6	40:59		