



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

evaluación detallada

Palm, Rainer

Asociación: LWV- Potsdam

Dorsal: 575

recorrido: 42.25 km

Marathon

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 4:23:04

velocidad: 9.58 km/h

rendimiento en carrera: 6:14 min/km

posición en el recorrido/Total: 102 (de 148)

posición en el recorrido/Men: 97 (de 130)

mejor tiempo del recorrido: 2:45:50

posición en la categoría: 20(de 28)

mejor tiempo en la categoría: 2:59:43

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
				posición	posición	posición				posición	posición	posición	
vuelta 1	3.25	17:53	5:30	18	5:09	88	3.25	17:53	5:30	8	1:12	102	5:05
vuelta 2	3.25	18:26	5:40	21	5:32	100	6.50	36:19	5:35	8	2:51	102	10:07
vuelta 3	3.25	19:15	5:55	22	6:02	112	9.75	55:34	5:41	8	4:56	102	15:17
vuelta 4	3.25	19:19	5:56	22	5:48	109	13.00	1:14:53	5:45	8	6:56	102	20:05
vuelta 5	3.25	19:59	6:08	23	6:28	113	16.25	1:34:52	5:50	8	9:14	102	25:01
vuelta 6	3.25	19:34	6:01	21	5:54	107	19.50	1:54:26	5:52	8	10:53	102	27:44
vuelta 7	3.25	20:09	6:11	22	6:26	105	22.75	2:14:35	5:54	8	13:04	102	29:55
vuelta 8	3.25	20:52	6:25	23	7:03	107	26.00	2:35:27	5:58	8	15:36	101	29:33
vuelta 9	3.25	21:11	6:31	22	7:11	104	29.25	2:56:38	6:02	8	18:22	101	33:47
vuelta 10	3.25	21:30	6:36	19	7:10	95	32.50	3:18:08	6:05	8	20:45	99	37:30
vuelta 11	3.25	21:28	6:36	17	6:50	83	35.75	3:39:36	6:08	8	22:04	99	39:27
vuelta 12	3.25	21:43	6:40	16	6:44	76	39.00	4:01:19	6:11	8	22:37	98	41:18
última vuelta me	3.25	21:45	6:41	18	7:04	81	42.25	4:23:04	6:13	21	1:23:21	102	4:02:53