



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

evaluación detallada

Ladwig, Jan

Asociación: EGGER Running Division

Dorsal: 319

recorrido: 9.75 km

10 km Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 55:21

velocidad: 9.76 km/h

rendimiento en carrera: 5:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 83 (de 149)

posición en el recorrido/Men: 69 (de 105)

mejor tiempo del recorrido: 32:58

posición en la categoría: 18(de 24)

mejor tiempo en la categoría: 32:58

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | stage score | | | | Total score | | | | | | |
|------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------------------|----------------|----------------|----------------|-------------|-----------------|-----------------|----------------------|----------------|----------------|-------|
| | | | | retraso categoría | retraso Men | retraso Men | retraso Men | Total km | Total tiempo | Total min/km | retraso categoría | retraso Men | retraso Men | |
| vuelta 1 | 3.25 | 17:16 | 5:18 | 16 | 7:01 | 65 | 7:01 | 3.25 | 17:16 | 5:18 | 7 | 0:31 | 70 | 7:01 |
| vuelta 2 | 3.25 | 19:01 | 5:51 | 19 | 5:15 | 70 | 7:14 | 6.50 | 36:17 | 5:34 | 7 | 2:35 | 68 | 11:32 |
| última vuelta me | 3.25 | 19:04 | 5:51 | 20 | 10:51 | 70 | 10:51 | 9.75 | 55:21 | 5:40 | 19 | 22:23 | 70 | 22:23 |