



7. Schlaubetal-Marathon
Eisenhüttenstadt / 19.10.2013

evaluación detallada

Malig, Ralf

Asociación: Bowlingclub Senftenberg
Dorsal: 600

recorrido: 43.00 km
Cross-Marathon

categoría:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 3:09:38

velocidad: 13.61 km/h
rendimiento en carrera: 4:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 7 (de 105)
posición en el recorrido/Men: 7 (de 82)
mejor tiempo del recorrido: 2:49:01

posición en la categoría: 1(de 14)
mejor tiempo en la categoría: 3:09:38

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score					
				retraso min	retraso seg	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición Men	retraso Men	
vuelta 1	11.60	49:27	4:15	2	1:33	8	5:30	11.60	49:27	4:15	1	-	56
vuelta 2	19.00	1:22:58	4:22	1	-	6	8:29	30.60	2:12:25	4:19	1	-	55
vuelta 3	1.70	13:52	8:09	1	-	7	1:40	32.30	2:26:17	4:31	1	-	55
última vuelta me	10.70	43:21	4:03	1	-	6	4:58	43.00	3:09:38	4:24	1	-	7 20:37