



# 8. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 15.02.2014

## evaluación detallada

**Pastowski, Ralf**

Asociación: Viba- Anschütz-Team

Dorsal: 332

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:40:28

velocidad: 13.14 km/h

rendimiento en carrera: 4:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 14 (de 188)

posición en el recorrido/Men: 14 (de 156)

mejor tiempo del recorrido: 1:25:29

posición en la categoría: 2(de 29)

mejor tiempo en la categoría: 1:34:43

## 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	13:42	4:12	5	1:15	23	2:08	3.25	13:42	4:12	29	16		
vuelta 2	3.25	13:43	4:13	2	0:26	13	1:26	6.50	27:25	4:13	29	16		
vuelta 3	3.25	14:07	4:20	2	0:37	16	1:48	9.75	41:32	4:15	29	16		
vuelta 4	3.25	14:55	4:35	5	1:01	26	2:36	13.00	56:27	4:20	29	15	7:58	
vuelta 5	3.25	15:14	4:41	6	1:14	28	2:56	16.25	1:11:41	4:24	29	14	10:54	
vuelta 6	3.25	14:33	4:28	2	0:27	14	2:08	19.50	1:26:14	4:25	29	14	13:02	
última vuelta me	3.25	14:14	4:22	3	0:45	12	1:57	22.75	1:40:28	4:24	2	5:45	14	14:59