



8. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 15.02.2014

evaluación detallada

Elsholz, Heiko

Asociación: Burghaun

Dorsal: 1033

recorrido: 9.75 km

10 km Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 43:51

velocidad: 12.31 km/h

rendimiento en carrera: 4:30 min/km

posición en el recorrido/Total: 16 (de 163)

posición en el recorrido/Men: 15 (de 115)

mejor tiempo del recorrido: 34:41

posición en la categoría: 2(de 9)

mejor tiempo en la categoría: 40:32

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
vuelta 1	3.25	13:38	4:11	2	0:28	7	2:26	3.25	13:38	4:11	2	0:28	15	2:26
vuelta 2	3.25	15:05	4:38	2	1:22	20	3:22	6.50	28:43	4:25	2	1:50	15	5:43
última vuelta me	3.25	15:08	4:39	2	1:29	20	3:44	9.75	43:51	4:29	2	3:19	15	9:10