



## 8. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 15.02.2014

### evaluación detallada

**Lenschow, Sylvia**

Asociación: TV Friesen Telgte

Dorsal: 303

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 2:58:43

velocidad: 7.64 km/h

rendimiento en carrera: 7:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 178 (de 188)

posición en el recorrido/Women: 28 (de 32)

mejor tiempo del recorrido: 1:46:31

posición en la categoría: 4(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 2:00:52

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	retraso Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	posición Women	retraso Women		
vuelta 1	3.25	24:07	7:25	4	8:42	28	10:14	3.25	24:07	7:25	4	8:41	3	5:59
vuelta 2	3.25	24:16	7:28	4	7:21	31	9:30	6.50	48:23	7:26	4	15:53	2	11:44
vuelta 3	3.25	24:37	7:34	4	7:26	30	9:33	9.75	1:13:00	7:29	4	22:52	2	18:04
vuelta 4	3.25	26:00	8:00	4	8:30	28	10:22	13.00	1:39:00	7:36	4	31:15	3	27:17
vuelta 5	3.25	26:41	8:12	4	9:04	30	10:58	16.25	2:05:41	7:44	4	40:18	2	33:58
vuelta 6	3.25	26:50	8:15	4	8:53	28	10:57	19.50	2:32:31	7:49	4	49:11	3	40:22
última vuelta me	3.25	26:12	8:03	4	8:40	26	11:05	22.75	2:58:43	7:51	4	57:51	28	1:12:12