



8. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 15.02.2014

evaluación detallada

Smolla, Ralf

Asociación: RSV Hannover

Dorsal: 373

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 2:59:57

velocidad: 7.34 km/h

rendimiento en carrera: 7:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 180 (de 188)

posición en el recorrido/Men: 151 (de 156)

mejor tiempo del recorrido: 1:25:29

posición en la categoría: 22(de 23)

mejor tiempo en la categoría: 1:42:18

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	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	22:31	6:55	23	9:09	152	10:57	3.25	22:31	6:55	2	6:08	154	4:19
vuelta 2	3.25	24:36	7:34	23	10:20	154	12:19	6.50	47:07	7:14	2	13:39	154	8:37
vuelta 3	3.25	24:35	7:33	23	10:08	154	12:16	9.75	1:11:42	7:21	2	21:01	154	11:46
vuelta 4	3.25	26:43	8:13	23	12:05	153	14:24	13.00	1:38:25	7:34	2	30:15	153	49:56
vuelta 5	3.25	26:06	8:01	22	11:08	152	13:48	16.25	2:04:31	7:39	2	37:44	152	1:03:44
vuelta 6	3.25	27:07	8:20	22	11:44	150	14:42	19.50	2:31:38	7:46	2	46:05	151	1:18:26
última vuelta me	3.25	28:19	8:42	22	13:05	150	16:02	22.75	2:59:57	7:54	22	1:17:39	151	1:34:28