



8. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 15.02.2014

evaluación detallada

Lenhard, Iris

Asociación: EFSC

Dorsal: 77

recorrido: 42.25 km

Marathon

categoría:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 3:47:30

velocidad: 11.08 km/h

rendimiento en carrera: 5:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 38 (de 114)

posición en el recorrido/Women: 5 (de 14)

mejor tiempo del recorrido: 3:28:49

posición en la categoría: 1(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 3:47:30

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso				Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posició categoría	retraso categoría	posició Women	retraso Women				posició categoría	retraso categoría	posició Women	retraso Women
vuelta 1	3.25	17:27	5:22	1	-	9	3:06	3.25	17:27	5:22	1	-	6	2:07
vuelta 2	3.25	17:33	5:24	1	-	7	2:02	6.50	35:00	5:23	1	-	5	5:08
vuelta 3	3.25	17:30	5:23	1	-	7	1:38	9.75	52:30	5:23	1	-	5	6:46
vuelta 4	3.25	17:18	5:19	1	-	6	1:26	13.00	1:09:48	5:22	1	-	5	8:12
vuelta 5	3.25	17:17	5:19	1	-	5	1:15	16.25	1:27:05	5:21	1	-	5	9:27
vuelta 6	3.25	17:36	5:24	1	-	6	1:26	19.50	1:44:41	5:22	1	-	5	10:32
vuelta 7	3.25	17:40	5:26	1	-	6	1:41	22.75	2:02:21	5:22	1	-	5	12:13
vuelta 8	3.25	17:44	5:27	1	-	5	1:10	26.00	2:20:05	5:23	1	-	5	13:23
vuelta 9	3.25	18:05	5:33	1	-	5	1:19	29.25	2:38:10	5:24	1	-	5	14:33
vuelta 10	3.25	17:35	5:24	1	-	5	0:59	32.50	2:55:45	5:24	1	-	5	15:32
vuelta 11	3.25	17:29	5:22	1	-	2	0:57	35.75	3:13:14	5:24	1	-	5	16:29
vuelta 12	3.25	17:12	5:17	1	-	2	0:46	39.00	3:30:26	5:23	1	-	5	17:15
última vuelta me	3.25	17:04	5:15	1	-	3	1:26	42.25	3:47:30	5:23	1	-	5	18:41