



8. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 15.02.2014

evaluación detallada

Hellrung, Heiko

Asociación: Bad Sooden-Allendorf
Dorsal: 47

recorrido: 42.25 km
Marathon

categoría:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 3:48:10

velocidad: 11.11 km/h
rendimiento en carrera: 5:24 min/km

posición en el recorrido/Total: 40 (de 114)
posición en el recorrido/Men: 35 (de 100)
mejor tiempo del recorrido: 2:50:01

posición en la categoría: 6(de 14)
mejor tiempo en la categoría: 3:04:16

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa		etapaposisió		retraso		retraso		Total km	Total tiempo	Total posició		retraso		Total score
	km	tiempo	min/km	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso			retraso	retraso	retraso	retraso	
vuelta 1	3.25	16:36	5:06	8	2:26	51	4:36	3.25	16:36	5:06	6	2:26	91		
vuelta 2	3.25	16:48	5:10	7	2:49	43	4:06	6.50	33:24	5:08	6	5:09	91		
vuelta 3	3.25	16:52	5:11	7	2:59	45	4:13	9.75	50:16	5:09	6	8:08	91		
vuelta 4	3.25	17:00	5:13	6	2:56	44	4:23	13.00	1:07:16	5:10	6	11:04	91		
vuelta 5	3.25	17:06	5:15	7	3:33	42	4:25	16.25	1:24:22	5:11	6	14:37	91		
vuelta 6	3.25	17:09	5:16	7	3:29	39	4:14	19.50	1:41:31	5:12	6	18:06	91		
vuelta 7	3.25	17:24	5:21	7	3:28	37	4:23	22.75	1:58:55	5:13	6	21:34	91		
vuelta 8	3.25	16:49	5:10	5	3:02	24	3:34	26.00	2:15:44	5:13	6	24:36	91		
vuelta 9	3.25	17:08	5:16	3	3:04	26	3:44	29.25	2:32:52	5:13	6	27:40	91		
vuelta 10	3.25	17:53	5:30	4	3:16	27	4:20	32.50	2:50:45	5:15	6	30:56	91		
vuelta 11	3.25	18:33	5:42	4	4:27	30	5:01	35.75	3:09:18	5:17	6	35:23	91		
vuelta 12	3.25	19:15	5:55	6	4:09	38	5:18	39.00	3:28:33	5:20	6	39:32	91		
última vuelta me	3.25	19:37	6:02	8	4:48	41	5:52	42.25	3:48:10	5:24	6	43:54	35	58:09	