



9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

evaluación detallada

Suhr, Sebastian

Asociación: alexs little running club

Dorsal: 1011

recorrido: 9.75 km

10 km Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 57:59

velocidad: 10.09 km/h

rendimiento en carrera: 5:57 min/km

posición en el recorrido/Total: 244 (de 326)

posición en el recorrido/Men: 100 (de 246)

mejor tiempo del recorrido: 34:12

posición en la categoría: 8(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 38:28

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total									
				retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso					
			retraso	posición	retraso	Men	Men				retraso	posición	retraso	Men	Men	
vuelta 1	3.25	17:35	5:24	15	5:39	177	6:32	3.25	17:35	5:24	15	5:39	177	6:32		
vuelta 2	3.25	19:54	6:07	17	6:39	205	8:17	6.50	37:29	5:46	15	12:18	195	14:48		
última vuelta me	3.25	20:30	6:18	15	7:35	211	9:01	9.75	57:59	5:56	15	19:31	199	23:47		