



9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

evaluación detallada

Mönnikes, Hans-Dieter

Asociación: Non-Stop-Ultra

Dorsal: 386

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 1:58:25

velocidad: 11.15 km/h

rendimiento en carrera: 5:13 min/km

posición en el recorrido/Total: 117 (de 380)

posición en el recorrido/Men: 56 (de 294)

mejor tiempo del recorrido: 1:32:06

posición en la categoría: 2(de 32)

mejor tiempo en la categoría: 1:41:22

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
vuelta 1	3.25	16:51	5:11	11	1:51	143	4:41	3.25	16:51	5:11	11	1:51	143	4:41
vuelta 2	3.25	16:30	5:04	3	3:42	119	5:43	6.50	33:21	5:07	5	5:33	125	8:33
vuelta 3	3.25	16:27	5:03	3	1:59	95	3:13	9.75	49:48	5:06	3	7:32	115	11:38
vuelta 4	3.25	16:57	5:12	3	2:18	109	3:41	13.00	1:06:45	5:08	3	9:50	111	15:06
vuelta 5	3.25	16:52	5:11	3	2:08	93	3:25	16.25	1:23:37	5:08	3	11:58	111	18:11
vuelta 6	3.25	17:08	5:16	3	2:15	87	3:52	19.50	1:40:45	5:10	3	14:13	105	21:50
última vuelta me	3.25	17:40	5:26	7	2:50	131	5:35	22.75	1:58:25	5:12	3	17:03	111	26:19