



9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

evaluación detallada

Lange, Heiko

Asociación: Viba Anschütz
Dorsal: 314

recorrido: 22.75 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 2:01:16

velocidad: 10.89 km/h
rendimiento en carrera: 5:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 147 (de 380)
posición en el recorrido/Men: 67 (de 294)
mejor tiempo del recorrido: 1:32:06

posición en la categoría: 4(de 32)
mejor tiempo en la categoría: 1:41:22

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total			Total				
				retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso		
vuelta 1	3.25	16:46	5:09	7	1:46	135	4:36	3.25	16:46	5:09	7	1:46	135	4:36
vuelta 2	3.25	17:16	5:18	11	4:28	159	6:29	6.50	34:02	5:14	9	6:14	145	9:14
vuelta 3	3.25	17:08	5:16	5	2:40	135	3:54	9.75	51:10	5:14	7	8:54	143	13:00
vuelta 4	3.25	17:22	5:20	5	2:43	135	4:06	13.00	1:08:32	5:16	7	11:37	137	16:53
vuelta 5	3.25	17:34	5:24	5	2:50	131	4:07	16.25	1:26:06	5:17	7	14:27	139	20:40
vuelta 6	3.25	17:45	5:27	5	2:52	125	4:29	19.50	1:43:51	5:19	7	17:19	135	24:56
última vuelta me	3.25	17:25	5:21	5	2:35	109	5:20	22.75	2:01:16	5:19	7	19:54	133	29:10