



9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

evaluación detallada

Zdebik, Rose

Asociación: SV Birkenhard

Dorsal: 273

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 2:09:43

velocidad: 10.18 km/h

rendimiento en carrera: 5:42 min/km

posición en el recorrido/Total: 233 (de 380)

posición en el recorrido/Women: 19 (de 86)

mejor tiempo del recorrido: 1:41:23

posición en la categoría: 5(de 26)

mejor tiempo en la categoría: 2:00:16

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso categoría	retraso Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso categoría	retraso Women	retraso Women
vuelta 1	3.25	18:16	5:37	13	2:15	45	3:26	3.25	18:16	5:37	13	2:15	45	3:26
vuelta 2	3.25	18:26	5:40	9	1:44	39	5:38	6.50	36:42	5:38	9	3:45	41	8:54
vuelta 3	3.25	18:36	5:43	9	1:24	39	4:08	9.75	55:18	5:40	9	5:05	39	13:02
vuelta 4	3.25	18:24	5:39	9	0:54	37	3:45	13.00	1:13:42	5:40	9	5:59	39	16:47
vuelta 5	3.25	18:44	5:45	9	1:10	35	3:59	16.25	1:32:26	5:41	9	6:55	37	20:46
vuelta 6	3.25	18:47	5:46	9	1:09	33	3:54	19.50	1:51:13	5:42	9	8:04	37	24:40
última vuelta me	3.25	18:30	5:41	9	1:37	33	3:40	22.75	2:09:43	5:42	9	9:27	37	28:20