



9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

evaluación detallada

van der Hoeff, Sander

Asociación: Marathonplus

Dorsal: 366

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 2:59:45

velocidad: 7.34 km/h

rendimiento en carrera: 7:54 min/km

posición en el recorrido/Total: 351 (de 380)

posición en el recorrido/Men: 139 (de 294)

mejor tiempo del recorrido: 1:32:06

posición en la categoría: 23(de 46)

mejor tiempo en la categoría: 1:41:44

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
				Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men		
vuelta 1	3.25	22:37	6:57	45	9:11	291	10:27	3.25	22:37	6:57	45	9:11	291	10:27
vuelta 2	3.25	23:52	7:20	45	10:24	291	13:05	6.50	46:29	7:09	45	19:35	291	21:41
vuelta 3	3.25	24:11	7:26	45	9:40	289	10:57	9.75	1:10:40	7:14	45	29:15	289	32:30
vuelta 4	3.25	26:14	8:04	45	11:34	285	12:58	13.00	1:36:54	7:27	45	40:17	285	45:15
vuelta 5	3.25	26:22	8:06	45	11:37	283	12:55	16.25	2:03:16	7:35	45	51:45	283	57:50
vuelta 6	3.25	27:45	8:32	45	12:30	283	14:29	19.50	2:31:01	7:44	45	1:04:15	283	1:12:06
última vuelta me	3.25	28:44	8:50	41	13:46	265	16:39	22.75	2:59:45	7:54	45	1:18:01	277	1:27:39