



9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

evaluación detallada

Nölken, Bernward

Asociación: Non-Stop-Ultra

Dorsal: 1108

recorrido: 9.75 km

10 km Lauf

categoría:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

tiempo total: 49:59

velocidad: 10.80 km/h

rendimiento en carrera: 5:08 min/km

posición en el recorrido/Total: 132 (de 326)

posición en el recorrido/Men: 60 (de 246)

mejor tiempo del recorrido: 34:12

posición en la categoría: 2(de 10)

mejor tiempo en la categoría: 43:36

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	15:33	4:47	3	1:27	113	4:30	3.25	15:33	4:47	3	1:27	113	4:30
vuelta 2	3.25	16:57	5:12	3	2:18	121	5:20	6.50	32:30	5:00	3	3:45	113	9:49
última vuelta me	3.25	17:29	5:22	5	2:38	135	6:00	9.75	49:59	5:07	3	6:23	119	15:47