



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

evaluación detallada

Krah, Sebastian

Asociación: Erfurt

Dorsal: 567

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 1:42:28

velocidad: 13.32 km/h

rendimiento en carrera: 4:30 min/km

posición en el recorrido/Total: 15 (de 159)

posición en el recorrido/Men: 14 (de 122)

mejor tiempo del recorrido: 1:28:31

posición en la categoría: 1(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 1:42:28

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score							
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	posición	
				Men	Men	Men	Men					Men	Men	Men	Men
vuelta 1	3.25	12:38	3:53	1	-	8	0:53	3.25	12:38	3:53	1	-	8	0:53	
vuelta 2	3.25	14:27	4:26	2	0:52	15	2:05	6.50	27:05	4:09	2	0:33	11	2:53	
vuelta 3	3.25	14:37	4:29	1	-	14	2:06	9.75	41:42	4:16	2	0:09	14	4:59	
vuelta 4	3.25	14:30	4:27	1	-	13	1:48	13.00	56:12	4:19	2	0:01	14	6:30	
vuelta 5	3.25	15:09	4:39	1	-	17	2:13	16.25	1:11:21	4:23	1	-	13	8:42	
vuelta 6	3.25	15:39	4:48	2	0:01	20	2:44	19.50	1:27:00	4:27	2	0:01	15	11:11	
última vuelta me	3.25	15:28	4:45	3	0:36	22	2:51	22.75	1:42:28	4:30	1	-	14	13:57	