



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

evaluación detallada

Lorberau, Oliver

Asociación: HSV St. Michael

Dorsal: 371

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:47:31

velocidad: 12.70 km/h

rendimiento en carrera: 4:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 26 (de 159)

posición en el recorrido/Men: 24 (de 122)

mejor tiempo del recorrido: 1:28:31

posición en la categoría: 3(de 15)

mejor tiempo en la categoría: 1:34:48

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	12:52	3:57	2	0:26	9	1:07	3.25	12:52	3:57	2	0:26	9	1:07
vuelta 2	3.25	14:31	4:28	3	1:11	17	2:09	6.50	27:23	4:12	3	1:37	15	3:11
vuelta 3	3.25	15:05	4:38	3	1:36	21	2:34	9.75	42:28	4:21	3	3:13	15	5:45
vuelta 4	3.25	15:31	4:46	3	1:54	24	2:49	13.00	57:59	4:27	3	5:07	17	8:17
vuelta 5	3.25	16:07	4:57	5	2:13	29	3:11	16.25	1:14:06	4:33	3	7:20	20	11:27
vuelta 6	3.25	16:21	5:01	6	2:14	32	3:26	19.50	1:30:27	4:38	3	9:34	20	14:38
última vuelta me	3.25	17:04	5:15	8	3:09	45	4:27	22.75	1:47:31	4:43	3	12:43	24	19:00