



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

evaluación detallada

Simon, Frank

Asociación: Greven

Dorsal: 427

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 1:51:47

velocidad: 11.81 km/h

rendimiento en carrera: 4:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 35 (de 159)

posición en el recorrido/Men: 32 (de 122)

mejor tiempo del recorrido: 1:28:31

posición en la categoría: 4(de 14)

mejor tiempo en la categoría: 1:37:58

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		
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
vuelta 1	3.25	15:08	4:39	4	2:06	37	3:23	3.25	15:08	4:39	4	2:06	37	3:23
vuelta 2	3.25	15:50	4:52	4	2:18	37	3:28	6.50	30:58	4:45	4	4:24	35	6:46
vuelta 3	3.25	16:02	4:56	4	2:14	35	3:31	9.75	47:00	4:49	4	6:38	35	10:17
vuelta 4	3.25	16:13	4:59	4	2:14	35	3:31	13.00	1:03:13	4:51	4	8:52	37	13:31
vuelta 5	3.25	16:16	5:00	4	2:02	32	3:20	16.25	1:19:29	4:53	4	10:54	36	16:50
vuelta 6	3.25	16:22	5:02	4	1:37	33	3:27	19.50	1:35:51	4:54	4	12:31	32	20:02
última vuelta me	3.25	15:56	4:54	4	1:18	30	3:19	22.75	1:51:47	4:54	4	13:49	32	23:16