



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

evaluación detallada

Heimke, Claudia

Asociación: steilformat.de

Dorsal: 544

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 2:11:59

velocidad: 10.00 km/h

rendimiento en carrera: 5:48 min/km

posición en el recorrido/Total: 94 (de 159)

posición en el recorrido/Women: 18 (de 37)

mejor tiempo del recorrido: 1:42:13

posición en la categoría: 6(de 9)

mejor tiempo en la categoría: 1:45:46

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapa min/km | stage score | | | Total score | | | | | | | |
|------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------------|-------------------|------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------------|-------------------|------------------|
| | | | | posición categoría | retraso categoría | posición Women | retraso Women | Total km | Total tiempo | Total min/km | posición categoría | retraso categoría | posición Women | retraso Women |
| vuelta 1 | 3.25 | 17:48 | 5:28 | 5 | 3:32 | 16 | 4:31 | 3.25 | 17:48 | 5:28 | 5 | 3:32 | 16 | 4:31 |
| vuelta 2 | 3.25 | 17:49 | 5:28 | 6 | 2:47 | 15 | 3:45 | 6.50 | 35:37 | 5:28 | 5 | 6:19 | 15 | 8:16 |
| vuelta 3 | 3.25 | 18:29 | 5:41 | 6 | 3:16 | 16 | 4:04 | 9.75 | 54:06 | 5:32 | 5 | 9:35 | 14 | 12:20 |
| vuelta 4 | 3.25 | 18:52 | 5:48 | 6 | 3:27 | 20 | 4:05 | 13.00 | 1:12:58 | 5:36 | 6 | 13:02 | 17 | 16:25 |
| vuelta 5 | 3.25 | 19:01 | 5:51 | 5 | 3:33 | 20 | 4:04 | 16.25 | 1:31:59 | 5:39 | 5 | 16:35 | 16 | 20:29 |
| vuelta 6 | 3.25 | 19:04 | 5:51 | 4 | 3:44 | 14 | 3:45 | 19.50 | 1:51:03 | 5:41 | 5 | 20:19 | 16 | 24:14 |
| última vuelta me | 3.25 | 20:56 | 6:26 | 6 | 5:54 | 23 | 5:54 | 22.75 | 2:11:59 | 5:48 | 6 | 26:13 | 18 | 29:46 |