



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

evaluación detallada

Rainer, Christian

Asociación: Habakuk

Dorsal: 396

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 2:14:59

velocidad: 9.78 km/h

rendimiento en carrera: 5:56 min/km

posición en el recorrido/Total: 103 (de 159)

posición en el recorrido/Men: 81 (de 122)

mejor tiempo del recorrido: 1:28:31

posición en la categoría: 13(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	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
				Men	Men	Men				Men	Men	Men	
vuelta 1	3.25	16:59	5:13	13	4:33	67	3.25	16:59	5:13	13	4:33	67	5:14
vuelta 2	3.25	17:57	5:31	13	4:37	76	6.50	34:56	5:22	13	9:10	72	10:44
vuelta 3	3.25	18:52	5:48	12	5:23	83	9.75	53:48	5:31	13	14:33	76	17:05
vuelta 4	3.25	19:28	5:59	12	5:51	85	13.00	1:13:16	5:38	13	20:24	80	23:34
vuelta 5	3.25	19:58	6:08	13	6:04	88	16.25	1:33:14	5:44	13	26:28	85	30:35
vuelta 6	3.25	20:34	6:19	14	6:27	88	19.50	1:53:48	5:50	13	32:55	85	37:59
última vuelta me	3.25	21:11	6:31	14	7:16	89	22.75	2:14:59	5:55	13	40:11	81	46:28