



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

evaluación detallada

Winkel, Nadja

Asociación: OCR Frankfurt

Dorsal: 447

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 2:31:39

velocidad: 8.70 km/h

rendimiento en carrera: 6:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 136 (de 159)

posición en el recorrido/Women: 28 (de 37)

mejor tiempo del recorrido: 1:42:13

posición en la categoría: 7(de 9)

mejor tiempo en la categoría: 1:45:46

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso categoría	retraso Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso categoría	retraso Women	retraso Women
vuelta 1	3.25	19:21	5:57	7	5:05	26	6:04	3.25	19:21	5:57	7	5:05	26	6:04
vuelta 2	3.25	20:42	6:22	7	5:40	27	6:38	6.50	40:03	6:09	7	10:45	27	12:42
vuelta 3	3.25	21:25	6:35	7	6:12	28	7:00	9.75	1:01:28	6:18	7	16:57	27	19:42
vuelta 4	3.25	21:53	6:44	7	6:28	28	7:06	13.00	1:23:21	6:24	7	23:25	27	26:48
vuelta 5	3.25	22:24	6:53	7	6:56	28	7:27	16.25	1:45:45	6:30	7	30:21	27	34:15
vuelta 6	3.25	22:50	7:01	7	7:30	28	7:31	19.50	2:08:35	6:35	7	37:51	28	41:46
última vuelta me	3.25	23:04	7:05	7	8:02	29	8:02	22.75	2:31:39	6:39	7	45:53	28	49:26