



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

evaluación detallada

Rassbach, Knut

Asociación: Wsv 07 KSM

Dorsal: 149

recorrido: 9.75 km

10 km Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 47:15

velocidad: 12.38 km/h

rendimiento en carrera: 4:51 min/km

posición en el recorrido/Total: 40 (de 181)

posición en el recorrido/Men: 37 (de 122)

mejor tiempo del recorrido: 34:17

posición en la categoría: 6(de 16)

mejor tiempo en la categoría: 39:21

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total	Total	Total	posición	retraso	posición	retraso	
				Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men
vuelta 1	3.25	14:26	4:26	4	1:38	26	3:01	3.25	14:26	4:26	4	1:38	26	3:01
vuelta 2	3.25	16:18	5:00	6	2:57	39	4:49	6.50	30:44	4:43	6	4:35	33	7:50
última vuelta me	3.25	16:31	5:04	7	3:19	46	5:08	9.75	47:15	4:50	6	7:54	37	12:58