



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

evaluación detallada

Holzel, Holger

Asociación: Sportshop-Triathlon Team

Dorsal: 550

recorrido: 42.25 km

Marathon

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 4:14:50

velocidad: 9.89 km/h

rendimiento en carrera: 6:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 74 (de 119)

posición en el recorrido/Men: 68 (de 107)

mejor tiempo del recorrido: 2:53:03

posición en la categoría: 15(de 24)

mejor tiempo en la categoría: 3:08:05

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	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso			
vuelta 1	3.25	17:09	5:16	14	4:01	59	5:20	3.25	17:09	5:16	14	4:01	59	5:20
vuelta 2	3.25	16:44	5:08	12	2:55	47	4:04	6.50	33:53	5:12	12	6:50	52	9:24
vuelta 3	3.25	17:43	5:27	12	4:05	59	5:12	9.75	51:36	5:17	12	10:46	52	14:23
vuelta 4	3.25	18:16	5:37	15	4:32	67	5:37	13.00	1:09:52	5:22	12	15:18	56	19:52
vuelta 5	3.25	18:27	5:40	15	4:37	70	5:30	16.25	1:28:19	5:26	13	19:55	60	25:22
vuelta 6	3.25	18:36	5:43	14	4:27	67	5:30	19.50	1:46:55	5:28	13	24:22	61	30:46
vuelta 7	3.25	19:16	5:55	17	5:11	75	6:12	22.75	2:06:11	5:32	13	29:33	63	36:45
vuelta 8	3.25	21:02	6:28	20	6:11	85	7:57	26.00	2:27:13	5:39	15	35:38	68	44:42
vuelta 9	3.25	20:24	6:16	20	5:30	71	6:49	29.25	2:47:37	5:43	15	41:02	69	51:31
vuelta 10	3.25	20:34	6:19	16	5:15	62	6:27	32.50	3:08:11	5:47	15	46:17	69	57:58
vuelta 11	3.25	22:02	6:46	21	6:49	78	8:05	35.75	3:30:13	5:52	15	53:06	69	1:06:03
vuelta 12	3.25	22:32	6:56	20	6:47	79	8:30	39.00	3:52:45	5:58	15	59:53	68	1:14:33
última vuelta me	3.25	22:05	6:47	18	6:52	65	7:14	42.25	4:14:50	6:01	15	1:06:45	68	1:21:47