



# 10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

## evaluación detallada

**Lange, Heiko**

Asociación: Lauffreunde Zimmermann

Dorsal: 99

recorrido: 9.75 km

10 km Lauf

categoría:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 50:18

velocidad: 10.74 km/h

rendimiento en carrera: 5:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 62 (de 181)

posición en el recorrido/Men: 54 (de 122)

mejor tiempo del recorrido: 34:17

posición en la categoría: 5(de 16)

mejor tiempo en la categoría: 42:27

## 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	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
vuelta 1	3.25	16:47	5:09	7	2:55	62	5:22	3.25	16:47	5:09	7	2:55	62	5:22
vuelta 2	3.25	17:03	5:14	5	2:50	54	5:34	6.50	33:50	5:12	7	5:45	58	10:56
última vuelta me	3.25	16:28	5:03	4	2:06	44	5:05	9.75	50:18	5:09	5	7:51	54	16:01