



11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

evaluación detallada

TRABANDT, Jan

Asociación: FH Runners Berlin

Dorsal: 338

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 1:39:46

velocidad: 13.23 km/h

rendimiento en carrera: 4:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 9 (de 149)

posición en el recorrido/Men: 9 (de 114)

mejor tiempo del recorrido: 1:27:11

posición en la categoría: 2(de 17)

mejor tiempo en la categoría: 1:38:56

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
vuelta 1	3.25	13:17	4:05	3	0:43	13	1:35	3.25	13:17	4:05	3	0:43	13	1:35
vuelta 2	3.25	13:49	4:15	3	0:12	11	1:15	6.50	27:06	4:10	2	0:55	10	2:50
vuelta 3	3.25	14:28	4:27	4	0:33	14	2:05	9.75	41:34	4:15	3	1:01	11	4:55
vuelta 4	3.25	14:15	4:23	2	0:09	8	1:42	13.00	55:49	4:17	3	0:39	11	6:37
vuelta 5	3.25	14:23	4:25	1	-	8	1:41	16.25	1:10:12	4:19	2	0:28	9	8:18
vuelta 6	3.25	14:54	4:35	3	0:16	12	2:01	19.50	1:25:06	4:21	2	0:44	9	10:18
última vuelta me	3.25	14:40	4:30	3	0:08	13	2:17	22.75	1:39:46	4:23	2	0:50	9	12:35