



11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

evaluación detallada

GRASS, Rene

Asociación: Rhein-Berg Runners

Dorsal: 42

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 1:45:24

velocidad: 12.95 km/h

rendimiento en carrera: 4:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 15 (de 149)

posición en el recorrido/Men: 15 (de 114)

mejor tiempo del recorrido: 1:27:11

posición en la categoría: 4(de 17)

mejor tiempo en la categoría: 1:38:56

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
vuelta 1	3.25	12:34	3:52	1	-	6	0:52	3.25	12:34	3:52	1	-	6	0:52
vuelta 2	3.25	13:37	4:11	1	-	6	1:03	6.50	26:11	4:01	1	-	7	1:55
vuelta 3	3.25	14:22	4:25	3	0:27	13	1:59	9.75	40:33	4:09	1	-	9	3:54
vuelta 4	3.25	15:11	4:40	4	1:05	16	2:38	13.00	55:44	4:17	2	0:34	10	6:32
vuelta 5	3.25	15:44	4:50	4	1:21	25	3:02	16.25	1:11:28	4:23	4	1:44	14	9:34
vuelta 6	3.25	16:48	5:10	5	2:10	34	3:55	19.50	1:28:16	4:31	4	3:54	13	13:28
última vuelta me	3.25	17:08	5:16	7	2:36	44	4:45	22.75	1:45:24	4:37	4	6:28	15	18:13