



11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

evaluación detallada

DOFFEK, Alexander

Asociación: Athletik Waldniel

Dorsal: 215

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 1:52:13

velocidad: 11.76 km/h

rendimiento en carrera: 4:56 min/km

posición en el recorrido/Total: 33 (de 149)

posición en el recorrido/Men: 30 (de 114)

mejor tiempo del recorrido: 1:27:11

posición en la categoría: 4(de 20)

mejor tiempo en la categoría: 1:38:31

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	16:30	5:04	8	4:16	53	4:48	3.25	16:30	5:04	8	4:16	53	4:48
vuelta 2	3.25	15:34	4:47	5	1:50	33	3:00	6.50	32:04	4:56	7	6:06	45	7:48
vuelta 3	3.25	15:59	4:55	5	1:56	33	3:36	9.75	48:03	4:55	7	7:53	41	11:24
vuelta 4	3.25	15:33	4:47	4	1:16	24	3:00	13.00	1:03:36	4:53	5	8:57	34	14:24
vuelta 5	3.25	15:52	4:52	4	1:31	27	3:10	16.25	1:19:28	4:53	5	9:49	34	17:34
vuelta 6	3.25	16:01	4:55	4	1:21	22	3:08	19.50	1:35:29	4:53	4	11:08	30	20:41
última vuelta me	3.25	16:44	5:08	8	2:34	38	4:21	22.75	1:52:13	4:55	4	13:42	30	25:02