



11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

evaluación detallada

DUKECK, Ralf

Asociación: SV Birkenhard

Dorsal: 217

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 1:57:07

velocidad: 11.27 km/h

rendimiento en carrera: 5:09 min/km

posición en el recorrido/Total: 45 (de 149)

posición en el recorrido/Men: 41 (de 114)

mejor tiempo del recorrido: 1:27:11

posición en la categoría: 8(de 24)

mejor tiempo en la categoría: 1:34:42

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		
				Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men
vuelta 1	3.25	15:33	4:47	6	2:51	36	3:51	3.25	15:33	4:47	6	2:51	36	3:51
vuelta 2	3.25	16:12	4:59	9	2:46	48	3:38	6.50	31:45	4:53	8	5:37	41	7:29
vuelta 3	3.25	16:45	5:09	9	3:19	46	4:22	9.75	48:30	4:58	9	8:56	45	11:51
vuelta 4	3.25	16:58	5:13	10	3:12	45	4:25	13.00	1:05:28	5:02	9	12:08	44	16:16
vuelta 5	3.25	17:02	5:14	9	3:08	41	4:20	16.25	1:22:30	5:04	8	15:16	42	20:36
vuelta 6	3.25	17:47	5:28	10	3:39	51	4:54	19.50	1:40:17	5:08	8	18:55	41	25:29
última vuelta me	3.25	16:50	5:10	7	3:30	39	4:27	22.75	1:57:07	5:08	8	22:25	41	29:56