



11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

evaluación detallada

HOWEN, Sebastian

Asociación: meat again

Dorsal: 241

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 2:13:16

velocidad: 10.24 km/h

rendimiento en carrera: 5:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 82 (de 149)

posición en el recorrido/Men: 71 (de 114)

mejor tiempo del recorrido: 1:27:11

posición en la categoría: 17(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 categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
vuelta 1	3.25	18:21	5:38	14	5:39	80	6:39	3.25	18:21	5:38	14	5:39	80	6:39
vuelta 2	3.25	18:22	5:39	15	4:56	78	5:48	6.50	36:43	5:38	15	10:35	81	12:27
vuelta 3	3.25	18:49	5:47	17	5:23	78	6:26	9.75	55:32	5:41	15	15:58	80	18:53
vuelta 4	3.25	18:02	5:32	12	4:16	61	5:29	13.00	1:13:34	5:39	15	20:14	72	24:22
vuelta 5	3.25	18:32	5:42	12	4:38	62	5:50	16.25	1:32:06	5:40	16	24:52	72	30:12
vuelta 6	3.25	20:17	6:14	16	6:09	74	7:24	19.50	1:52:23	5:45	16	31:01	69	37:35
última vuelta me	3.25	20:53	6:25	16	7:33	76	8:30	22.75	2:13:16	5:51	17	38:34	71	46:05