



12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

evaluación detallada

HENKE, Andre

Asociación: LAufstall

Dorsal: 389

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 2:03:48

velocidad: 10.66 km/h

rendimiento en carrera: 5:26 min/km

posición en el recorrido/Total: 99 (de 261)

posición en el recorrido/Men: 90 (de 215)

mejor tiempo del recorrido: 1:25:10

posición en la categoría: 12(de 34)

mejor tiempo en la categoría: 1:39:17

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	16:10	4:58	13	3:19	89	4:52	3.25	16:10	4:58	13	3:19	89	4:52
vuelta 2	3.25	16:47	5:09	12	2:38	98	4:58	6.50	32:57	5:04	12	5:57	93	9:36
vuelta 3	3.25	17:03	5:14	9	2:40	86	4:51	9.75	50:00	5:07	10	8:37	86	14:27
vuelta 4	3.25	17:27	5:22	10	3:52	86	5:01	13.00	1:07:27	5:11	10	11:35	85	19:28
vuelta 5	3.25	18:18	5:37	11	5:10	94	5:48	16.25	1:25:45	5:16	11	15:22	89	25:16
vuelta 6	3.25	19:17	5:56	15	5:29	108	6:49	19.50	1:45:02	5:23	11	20:01	90	32:05
última vuelta me	3.25	18:46	5:46	13	5:11	98	16:40	22.75	2:03:48	5:26	13	32:09	92	2:01:42