



12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

evaluación detallada

LANGE, Jochen

Asociación: Lokomotive Larry

Dorsal: 424

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 2:10:27

velocidad: 10.46 km/h

rendimiento en carrera: 5:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 133 (de 261)

posición en el recorrido/Men: 119 (de 215)

mejor tiempo del recorrido: 1:25:10

posición en la categoría: 16(de 34)

mejor tiempo en la categoría: 1:39:17

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
				Men	Men	Men	Men					Men	Men	
vuelta 1	3.25	19:55	6:07	30	7:04	175	8:37	3.25	19:55	6:07	30	7:04	175	8:37
vuelta 2	3.25	17:41	5:26	19	3:32	125	5:52	6.50	37:36	5:47	27	10:36	156	14:15
vuelta 3	3.25	17:22	5:20	12	2:59	99	5:10	9.75	54:58	5:38	23	13:35	141	19:25
vuelta 4	3.25	17:52	5:29	12	4:17	97	5:26	13.00	1:12:50	5:36	20	16:58	126	24:51
vuelta 5	3.25	18:40	5:44	13	5:32	104	6:10	16.25	1:31:30	5:37	17	21:07	121	31:01
vuelta 6	3.25	19:27	5:59	17	5:39	114	6:59	19.50	1:50:57	5:41	16	25:56	120	38:00
última vuelta me	3.25	19:30	6:00	17	5:55	116	17:24	22.75	2:10:27	5:44	17	38:48	121	2:08:21