



# 12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

## evaluación detallada

**ESSIG, Alexander**

Asociación: Das Hammer-Team

Dorsal: 352

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 2:12:30

velocidad: 9.96 km/h

rendimiento en carrera: 5:49 min/km

posición en el recorrido/Total: 141 (de 261)

posición en el recorrido/Men: 125 (de 215)

mejor tiempo del recorrido: 1:25:10

posición en la categoría: 20(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	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
				Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men
vuelta 1	3.25	17:15	5:18	21	4:24	124	5:57	3.25	17:15	5:18	21	4:24	124	5:57
vuelta 2	3.25	17:31	5:23	15	3:22	116	5:42	6.50	34:46	5:20	17	7:46	118	11:25
vuelta 3	3.25	17:59	5:31	16	3:36	115	5:47	9.75	52:45	5:24	17	11:22	117	17:12
vuelta 4	3.25	18:47	5:46	20	5:12	124	6:21	13.00	1:11:32	5:30	16	15:40	114	23:33
vuelta 5	3.25	19:29	5:59	18	6:21	125	6:59	16.25	1:31:01	5:36	16	20:38	118	30:32
vuelta 6	3.25	20:33	6:19	23	6:45	141	8:05	19.50	1:51:34	5:43	19	26:33	124	38:37
última vuelta me	3.25	20:56	6:26	23	7:21	143	18:50	22.75	2:12:30	5:49	21	40:51	127	2:10:24