



12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

evaluación detallada

FROST, Talke

Asociación: @ a snails pace

Dorsal: 365

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 2:36:23

velocidad: 8.44 km/h

rendimiento en carrera: 6:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 215 (de 261)

posición en el recorrido/Women: 30 (de 46)

mejor tiempo del recorrido: 1:46:29

posición en la categoría: 6(de 6)

mejor tiempo en la categoría: 1:59:53

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
vuelta 1	3.25	19:45	6:04	5	4:10	22	6:34	3.25	19:45	6:04	5	4:10	22	6:34
vuelta 2	3.25	20:55	6:26	6	4:39	29	6:43	6.50	40:40	6:15	6	8:30	25	13:17
vuelta 3	3.25	22:06	6:48	6	5:07	32	7:13	9.75	1:02:46	6:26	6	13:37	29	20:30
vuelta 4	3.25	22:57	7:03	6	5:30	31	7:41	13.00	1:25:43	6:35	6	18:54	30	28:11
vuelta 5	3.25	23:06	7:06	6	5:23	30	7:21	16.25	1:48:49	6:41	6	24:17	30	35:24
vuelta 6	3.25	23:18	7:10	6	5:24	30	7:11	19.50	2:12:07	6:46	6	29:41	31	42:03
última vuelta me	3.25	24:16	7:28	6	6:49	31	8:41	22.75	2:36:23	6:52	6	36:30	30	49:54