



12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

evaluación detallada

HEESE-STEINMETZ, Matthias

Asociación: Wartenberger SV

Dorsal: 68

recorrido: 9.75 km

10 km Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 49:04

velocidad: 11.01 km/h

rendimiento en carrera: 5:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 56 (de 215)

posición en el recorrido/Men: 52 (de 134)

mejor tiempo del recorrido: 36:45

posición en la categoría: 6(de 14)

mejor tiempo en la categoría: 42:34

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	
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
vuelta 1	3.25	15:12	4:40	5	1:33	45	3:40	3.25	15:12	4:40	5	1:33	45	3:40
vuelta 2	3.25	16:38	5:07	5	2:10	49	4:03	6.50	31:50	4:53	5	3:43	44	7:35
última vuelta me	3.25	17:14	5:18	5	2:47	58	4:45	9.75	49:04	5:01	6	6:30	52	12:19