



12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

evaluación detallada

RÜPING, Uwe

Asociación: Lauf Team Unna

Dorsal: 770

recorrido: 42.25 km

Marathon

categoría:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 4:24:48

velocidad: 9.52 km/h

rendimiento en carrera: 6:16 min/km

posición en el recorrido/Total: 103 (de 168)

posición en el recorrido/Men: 93 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 2:45:49

posición en la categoría: 16(de 25)

mejor tiempo en la categoría: 3:13:28

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		
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
vuelta 1	3.25	19:59	6:08	24	6:04	126	9:05	3.25	19:59	6:08	24	6:04	126	9:05
vuelta 2	3.25	20:04	6:10	21	6:24	124	8:17	6.50	40:03	6:09	22	12:28	125	17:22
vuelta 3	3.25	19:29	5:59	21	5:44	114	7:04	9.75	59:32	6:06	21	18:12	122	24:26
vuelta 4	3.25	19:24	5:58	20	5:21	110	6:47	13.00	1:18:56	6:04	21	23:33	121	31:13
vuelta 5	3.25	20:47	6:23	20	6:20	120	8:27	16.25	1:39:43	6:08	21	29:53	116	39:40
vuelta 6	3.25	20:23	6:16	20	6:04	112	7:59	19.50	2:00:06	6:09	21	35:57	114	47:39
vuelta 7	3.25	20:35	6:19	18	6:14	106	7:47	22.75	2:20:41	6:11	19	42:11	112	55:26
vuelta 8	3.25	22:14	6:50	21	7:44	114	9:25	26.00	2:42:55	6:15	19	49:55	114	1:04:51
vuelta 9	3.25	21:01	6:28	15	6:06	87	7:53	29.25	3:03:56	6:17	19	56:01	111	1:12:39
vuelta 10	3.25	20:00	6:09	12	4:35	70	7:10	32.50	3:23:56	6:16	18	1:00:19	109	1:19:49
vuelta 11	3.25	20:21	6:15	12	4:47	66	6:51	35.75	3:44:17	6:16	18	1:04:28	105	1:26:40
vuelta 12	3.25	21:19	6:33	14	5:52	68	7:22	39.00	4:05:36	6:17	17	1:09:00	100	1:34:02
última vuelta me	3.25	19:12	5:54	8	4:26	47	5:20	42.25	4:24:48	6:16	16	1:11:20	93	1:38:59