



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

evaluación detallada

Forster-Steil, Heike

Asociación: LT Freigericht

Dorsal: 356

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 2:05:32

velocidad: 10.52 km/h

rendimiento en carrera: 5:31 min/km

posición en el recorrido/Total: 90 (de 244)

posición en el recorrido/Women: 14 (de 65)

mejor tiempo del recorrido: 1:42:53

posición en la categoría: 2(de 15)

mejor tiempo en la categoría: 2:04:40

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	18:21	5:38	5	2:11	23	4:29	3.25	18:21	5:38	5	2:11	23	4:29
vuelta 2	3.25	17:52	5:29	4	1:52	19	3:13	6.50	36:13	5:34	5	2:32	22	7:42
vuelta 3	3.25	17:42	5:26	3	2:59	16	2:59	9.75	53:55	5:31	4	2:34	20	10:38
vuelta 4	3.25	17:37	5:25	1	-	11	2:44	13.00	1:11:32	5:30	3	2:14	17	13:22
vuelta 5	3.25	17:43	5:27	2	2:07	9	2:39	16.25	1:29:15	5:29	3	1:34	16	16:01
vuelta 6	3.25	17:54	5:30	2	0:03	8	2:46	19.50	1:47:09	5:29	3	1:06	16	18:47
última vuelta me	3.25	18:23	5:39	1	-	8	3:52	22.75	2:05:32	5:31	2	0:52	14	22:39