



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

evaluación detallada

Lange, Heiko

Asociación: Viba-Anschütz-Schmalkalden

Dorsal: 424

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 2:13:23

velocidad: 10.23 km/h

rendimiento en carrera: 5:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 122 (de 244)

posición en el recorrido/Men: 102 (de 179)

mejor tiempo del recorrido: 1:31:15

posición en la categoría: 10(de 22)

mejor tiempo en la categoría: 1:53:58

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total							
				retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km					
			retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso		
			Men	Men	Men				Men	Men	Men	Men		
vuelta 1	3.25	18:14	5:36	11	2:38	114	5:16	3.25	18:14	5:36	11	2:38	114	5:16
vuelta 2	3.25	18:27	5:40	14	2:55	122	5:23	6.50	36:41	5:38	12	5:18	115	10:21
vuelta 3	3.25	19:29	5:59	17	3:47	141	6:19	9.75	56:10	5:45	14	9:05	123	16:40
vuelta 4	3.25	18:43	5:45	10	2:37	100	5:43	13.00	1:14:53	5:45	12	11:42	114	22:23
vuelta 5	3.25	19:21	5:57	11	2:44	107	6:34	16.25	1:34:14	5:47	13	14:26	114	28:57
vuelta 6	3.25	18:50	5:47	3	2:11	79	5:56	19.50	1:53:04	5:47	10	16:15	108	34:53
última vuelta me	3.25	20:19	6:15	15	4:18	112	7:15	22.75	2:13:23	5:51	10	19:25	103	1:01:07