



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

evaluación detallada

Grunebach, Jason

Asociación: team-naunheim.de

Dorsal: 369

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 2:14:07

velocidad: 10.18 km/h

rendimiento en carrera: 5:54 min/km

posición en el recorrido/Total: 128 (de 244)

posición en el recorrido/Men: 107 (de 179)

mejor tiempo del recorrido: 1:31:15

posición en la categoría: 20(de 25)

mejor tiempo en la categoría: 1:31:15

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 | |
| | | | | Men | Men | Men | Men | | | | | Men | Men | |
| vuelta 1 | 3.25 | 17:28 | 5:22 | 19 | 4:14 | 95 | 4:30 | 3.25 | 17:28 | 5:22 | 19 | 4:14 | 95 | 4:30 |
| vuelta 2 | 3.25 | 17:55 | 5:30 | 21 | 4:51 | 106 | 4:51 | 6.50 | 35:23 | 5:26 | 20 | 9:03 | 100 | 9:03 |
| vuelta 3 | 3.25 | 17:51 | 5:29 | 17 | 4:41 | 92 | 4:41 | 9.75 | 53:14 | 5:27 | 20 | 13:44 | 100 | 13:44 |
| vuelta 4 | 3.25 | 19:25 | 5:58 | 19 | 6:25 | 117 | 6:25 | 13.00 | 1:12:39 | 5:35 | 20 | 20:09 | 102 | 20:09 |
| vuelta 5 | 3.25 | 20:36 | 6:20 | 21 | 7:49 | 139 | 7:49 | 16.25 | 1:33:15 | 5:44 | 20 | 27:58 | 108 | 27:58 |
| vuelta 6 | 3.25 | 21:01 | 6:28 | 19 | 8:07 | 126 | 8:07 | 19.50 | 1:54:16 | 5:51 | 20 | 36:05 | 110 | 36:05 |
| última vuelta me | 3.25 | 19:51 | 6:06 | 17 | 6:47 | 102 | 6:47 | 22.75 | 2:14:07 | 5:53 | 20 | 42:52 | 108 | 1:01:51 |