



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

evaluación detallada

LAUER, Udo

Asociación: Postschwimmverein Leipzig

Dorsal: 425

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 2:16:31

velocidad: 10.00 km/h

rendimiento en carrera: 6:00 min/km

posición en el recorrido/Total: 143 (de 244)

posición en el recorrido/Men: 117 (de 179)

mejor tiempo del recorrido: 1:31:15

posición en la categoría: 20(de 29)

mejor tiempo en la categoría: 1:36:19

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
vuelta 1	3.25	18:11	5:35	18	5:13	112	5:13	3.25	18:11	5:35	18	5:13	112	5:13
vuelta 2	3.25	18:50	5:47	20	5:28	130	5:46	6.50	37:01	5:41	19	10:41	118	10:41
vuelta 3	3.25	19:21	5:57	20	6:01	136	6:11	9.75	56:22	5:46	19	16:42	125	16:52
vuelta 4	3.25	19:55	6:07	22	6:04	137	6:55	13.00	1:16:17	5:52	20	22:46	129	23:47
vuelta 5	3.25	19:54	6:07	21	5:38	122	7:07	16.25	1:36:11	5:55	20	28:24	124	30:54
vuelta 6	3.25	20:08	6:11	19	5:47	108	7:14	19.50	1:56:19	5:57	20	34:11	121	38:08
última vuelta me	3.25	20:12	6:12	19	6:01	111	7:08	22.75	2:16:31	6:00	20	40:12	118	1:04:15