



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

evaluación detallada

Drefers, Stefan

Asociación: Hamburg

Dorsal: 346

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 2:22:50

velocidad: 9.56 km/h

rendimiento en carrera: 6:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 166 (de 244)

posición en el recorrido/Men: 134 (de 179)

mejor tiempo del recorrido: 1:31:15

posición en la categoría: 22(de 29)

mejor tiempo en la categoría: 1:36:19

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	20:00	6:09	23	7:02	150	7:02	3.25	20:00	6:09	23	7:02	150	7:02
vuelta 2	3.25	19:23	5:57	22	6:01	142	6:19	6.50	39:23	6:03	22	13:03	145	13:03
vuelta 3	3.25	18:49	5:47	19	5:29	120	5:39	9.75	58:12	5:58	22	18:32	138	18:42
vuelta 4	3.25	19:29	5:59	20	5:38	120	6:29	13.00	1:17:41	5:58	22	24:10	137	25:11
vuelta 5	3.25	21:07	6:29	23	6:51	143	8:20	16.25	1:38:48	6:04	23	31:01	140	33:31
vuelta 6	3.25	21:57	6:45	22	7:36	136	9:03	19.50	2:00:45	6:11	23	38:37	139	42:34
última vuelta me	3.25	22:05	6:47	21	7:54	137	9:01	22.75	2:22:50	6:16	22	46:31	135	1:10:34