



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

evaluación detallada

Glesius, Sven

Asociación: Glesibros Runningschool

Dorsal: 661

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 2:33:35

velocidad: 8.89 km/h

rendimiento en carrera: 6:45 min/km

posición en el recorrido/Total: 198 (de 244)

posición en el recorrido/Men: 154 (de 179)

mejor tiempo del recorrido: 1:31:15

posición en la categoría: 25(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 categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
vuelta 1	3.25	20:55	6:26	26	7:57	161	7:57	3.25	20:55	6:26	26	7:57	161	7:57
vuelta 2	3.25	20:16	6:14	25	6:54	153	7:12	6.50	41:11	6:20	25	14:51	158	14:51
vuelta 3	3.25	21:04	6:28	25	7:44	153	7:54	9.75	1:02:15	6:23	25	22:35	157	22:45
vuelta 4	3.25	22:14	6:50	26	8:23	158	9:14	13.00	1:24:29	6:29	25	30:58	158	31:59
vuelta 5	3.25	22:43	6:59	25	8:27	160	9:56	16.25	1:47:12	6:35	25	39:25	156	41:55
vuelta 6	3.25	23:24	7:11	24	9:03	155	10:30	19.50	2:10:36	6:41	25	48:28	156	52:25
última vuelta me	3.25	22:59	7:04	23	8:48	141	9:55	22.75	2:33:35	6:45	25	57:16	155	1:21:19