



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

evaluación detallada

Hannemose, Henrik

Asociación: Virum

Dorsal: 669

recorrido: 42.25 km

Marathon

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 4:00:32

velocidad: 10.48 km/h

rendimiento en carrera: 5:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 75 (de 193)

posición en el recorrido/Men: 69 (de 161)

mejor tiempo del recorrido: 2:49:28

posición en la categoría: 10(de 10)

mejor tiempo en la categoría: 3:12:41

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	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men		
vuelta 1	3.25	13:53	4:16	2	0:36	15	2:03	3.25	13:53	4:16	2	0:36	15	2:03
vuelta 2	3.25	14:23	4:25	2	0:39	14	1:56	6.50	28:16	4:20	2	1:15	15	3:59
vuelta 3	3.25	14:52	4:34	3	0:38	21	2:21	9.75	43:08	4:25	2	1:53	15	6:20
vuelta 4	3.25	15:03	4:37	3	0:36	21	2:18	13.00	58:11	4:28	2	2:29	15	8:38
vuelta 5	3.25	14:50	4:33	2	0:11	15	1:56	16.25	1:13:01	4:29	2	2:14	16	10:34
vuelta 6	3.25	15:18	4:42	2	15:17	19	15:17	19.50	1:28:19	4:31	3	14:39	19	14:42
vuelta 7	3.25	15:25	4:44	2	0:52	20	2:04	22.75	1:43:44	4:33	3	15:31	19	15:50
vuelta 8	3.25	15:54	4:53	2	1:27	23	15:53	26.00	1:59:38	4:36	3	16:58	18	31:43
vuelta 9	3.25	16:46	5:09	4	2:20	34	3:27	29.25	2:16:24	4:39	3	19:18	19	33:26
vuelta 10	3.25	23:19	7:10	10	9:07	128	9:52	32.50	2:39:43	4:54	4	28:25	31	40:52
vuelta 11	3.25	25:42	7:54	10	11:00	146	12:34	35.75	3:05:25	5:11	5	39:25	41	49:49
vuelta 12	3.25	27:10	8:21	10	11:42	153	13:57	39.00	3:32:35	5:27	8	51:07	52	59:43
última vuelta me	3.25	27:57	8:35	9	11:28	150	14:52	42.25	4:00:32	5:41	10	47:51	69	1:11:04