



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

evaluación detallada

Jensen, Heidi

Asociación: Odsherred Løberne

Dorsal: 691

recorrido: 42.25 km

Marathon

categoría:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 4:29:06

velocidad: 9.42 km/h

rendimiento en carrera: 6:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 134 (de 193)

posición en el recorrido/Women: 17 (de 32)

mejor tiempo del recorrido: 3:42:42

posición en la categoría: 2(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 4:27:44

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso categoría	retraso Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posició categoría	retraso categoría	posició Women	retraso Women
vuelta 1	3.25	18:29	5:41	1	-	13	4:06	3.25	18:29	5:41	1	-	13	4:06
vuelta 2	3.25	18:46	5:46	1	-	15	2:56	6.50	37:15	5:43	1	-	14	7:02
vuelta 3	3.25	19:27	5:59	1	-	18	3:24	9.75	56:42	5:48	1	-	16	10:26
vuelta 4	3.25	19:29	5:59	1	-	17	3:03	13.00	1:16:11	5:51	1	-	16	13:08
vuelta 5	3.25	19:26	5:58	1	-	15	2:51	16.25	1:35:37	5:53	1	-	16	14:42
vuelta 6	3.25	20:02	6:09	1	-	16	3:12	19.50	1:55:39	5:55	1	-	16	17:27
vuelta 7	3.25	21:58	6:45	2	2:33	25	5:03	22.75	2:17:37	6:02	1	-	18	22:30
vuelta 8	3.25	20:48	6:24	2	1:27	17	3:30	26.00	2:38:25	6:05	1	-	18	26:00
vuelta 9	3.25	21:15	6:32	2	0:10	17	3:33	29.25	2:59:40	6:08	1	-	18	29:33
vuelta 10	3.25	22:53	7:02	2	2:38	22	4:52	32.50	3:22:33	6:13	1	-	17	34:25
vuelta 11	3.25	22:03	6:47	2	1:31	19	4:20	35.75	3:44:36	6:16	1	-	16	38:17
vuelta 12	3.25	22:30	6:55	2	1:45	19	4:52	39.00	4:07:06	6:20	2	0:31	17	42:26
última vuelta me	3.25	22:00	6:46	2	0:51	17	4:45	42.25	4:29:06	6:22	2	1:22	17	46:24