



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

evaluación detallada

MIKA, Rainer

Asociación: VfB Salzkotten

Dorsal: 742

recorrido: 42.25 km

Marathon

categoría:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 4:52:00

velocidad: 8.68 km/h

rendimiento en carrera: 6:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 173 (de 193)

posición en el recorrido/Men: 145 (de 161)

mejor tiempo del recorrido: 2:49:28

posición en la categoría: 32(de 35)

mejor tiempo en la categoría: 3:16:40

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 | Total km | Total tiempo | Total posición | retraso | posición | retraso | | | |
| vuelta 1 | 3.25 | 20:17 | 6:14 | 31 | 5:33 | 143 | 8:27 | 3.25 | 20:17 | 6:14 | 31 | 5:33 | 143 | 8:27 |
| vuelta 2 | 3.25 | 19:48 | 6:05 | 28 | 5:12 | 137 | 7:21 | 6.50 | 40:05 | 6:10 | 29 | 10:36 | 140 | 15:48 |
| vuelta 3 | 3.25 | 19:27 | 5:59 | 27 | 4:43 | 127 | 6:56 | 9.75 | 59:32 | 6:06 | 28 | 15:19 | 135 | 22:44 |
| vuelta 4 | 3.25 | 20:41 | 6:21 | 30 | 5:54 | 141 | 7:56 | 13.00 | 1:20:13 | 6:10 | 30 | 21:13 | 137 | 30:40 |
| vuelta 5 | 3.25 | 20:09 | 6:11 | 30 | 5:29 | 130 | 7:15 | 16.25 | 1:40:22 | 6:10 | 29 | 26:42 | 135 | 37:55 |
| vuelta 6 | 3.25 | 20:26 | 6:17 | 29 | 5:53 | 130 | 20:25 | 19.50 | 2:00:48 | 6:11 | 29 | 32:35 | 134 | 47:11 |
| vuelta 7 | 3.25 | 20:34 | 6:19 | 25 | 6:07 | 116 | 7:13 | 22.75 | 2:21:22 | 6:12 | 29 | 38:42 | 131 | 53:28 |
| vuelta 8 | 3.25 | 21:32 | 6:37 | 28 | 7:06 | 124 | 21:31 | 26.00 | 2:42:54 | 6:15 | 29 | 45:48 | 133 | 1:14:59 |
| vuelta 9 | 3.25 | 22:27 | 6:54 | 26 | 7:31 | 130 | 9:08 | 29.25 | 3:05:21 | 6:20 | 29 | 53:19 | 133 | 1:22:23 |
| vuelta 10 | 3.25 | 23:56 | 7:21 | 30 | 8:36 | 137 | 10:29 | 32.50 | 3:29:17 | 6:26 | 30 | 1:01:55 | 136 | 1:30:26 |
| vuelta 11 | 3.25 | 26:06 | 8:01 | 31 | 10:23 | 148 | 12:58 | 35.75 | 3:55:23 | 6:35 | 32 | 1:12:11 | 139 | 1:39:47 |
| vuelta 12 | 3.25 | 26:45 | 8:13 | 32 | 11:22 | 150 | 13:32 | 39.00 | 4:22:08 | 6:43 | 32 | 1:22:34 | 140 | 1:49:16 |
| última vuelta me | 3.25 | 29:52 | 9:11 | 34 | 14:41 | 155 | 16:47 | 42.25 | 4:52:00 | 6:54 | 32 | 1:35:20 | 145 | 2:02:32 |