



1. Werratalmarathon, M, 4-er Staffel, HM

Treffurt / 07.04.2019

evaluación detallada

Böx, Ralf

Asociación: Eisenacher SSV

Dorsal: 165

recorrido: 42.20 km

Marathon

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 3:51:12

velocidad: 10.90 km/h

rendimiento en carrera: 5:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 29 (de 75)

posición en el recorrido/Men: 25 (de 67)

mejor tiempo del recorrido: 2:59:48

posición en la categoría: 8(de 12)

mejor tiempo en la categoría: 3:24:13

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
Ifta	11.90	1:00:35	5:05	7	7:43	25	12:35	11.90	1:00:35	5:05	7	7:43	25	12:35
Buchenau	11.70	1:01:53	5:17	7	6:21	25	14:17	23.60	2:02:28	5:11	7	12:07	25	26:13
Frankenroda	9.40	52:01	5:32	8	5:58	27	12:46	33.00	2:54:29	5:17	7	18:05	26	38:59
Uferstraße in Tre	9.20	56:43	6:09	9	9:43	32	15:49	42.20	3:51:12	5:28	8	26:59	25	51:24