



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

Treffurt / 07.04.2019

evaluación detallada

Laig, Uwe

Asociación: 100 Marathon Club

Dorsal: 166

recorrido: 42.20 km

Marathon

categoría:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

tiempo total: 5:20:27

velocidad: 7.86 km/h

rendimiento en carrera: 7:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 70 (de 75)

posición en el recorrido/Men: 63 (de 67)

mejor tiempo del recorrido: 2:59:48

posición en la categoría: 3(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 3:51:12

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	1:27:50	7:22	3	27:54	66	39:50	11.90	1:27:50	7:22	3	27:54	66	39:50
Buchenau	11.70	1:29:25	7:38	3	27:07	64	41:49	23.60	2:57:15	7:30	3	55:01	66	1:21:00
Frankenroda	9.40	1:09:53	7:26	3	17:46	60	30:38	33.00	4:07:08	7:29	3	1:12:47	64	1:51:38
Uferstraße in Tre	9.20	1:13:19	7:58	3	16:28	61	32:25	42.20	5:20:27	7:35	3	1:29:15	63	2:20:39