



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

Treffurt / 07.04.2019

evaluación detallada

Hellrung, Heiko

Asociación: Bad Sooden-Allendorf

Dorsal: 117

recorrido: 42.20 km

Marathon

categoría:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 3:45:35

velocidad: 11.17 km/h

rendimiento en carrera: 5:21 min/km

posición en el recorrido/Total: 25 (de 75)

posición en el recorrido/Men: 22 (de 67)

mejor tiempo del recorrido: 2:59:48

posición en la categoría: 4(de 15)

mejor tiempo en la categoría: 3:18:26

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | retraso | | | Total | | | | | | | |
|-------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------------|----------------|----------------|-------|--------|---------|----------------|----------------|----------------|----|-------|
| | | | | retraso min | retraso seg | retraso seg | km | tiempo | min/km | retraso min | retraso seg | retraso seg | | |
| Ifta | 11.90 | 1:02:31 | 5:15 | 6 | 5:22 | 29 | 14:31 | 11.90 | 1:02:31 | 5:15 | 6 | 5:22 | 29 | 14:31 |
| Buchenau | 11.70 | 1:01:58 | 5:17 | 4 | 6:54 | 26 | 14:22 | 23.60 | 2:04:29 | 5:16 | 5 | 11:41 | 29 | 28:14 |
| Frankenroda | 9.40 | 51:55 | 5:31 | 4 | 9:26 | 26 | 12:40 | 33.00 | 2:56:24 | 5:20 | 4 | 21:07 | 28 | 40:54 |
| Uferstraße in Tre | 9.20 | 49:11 | 5:20 | 3 | 6:02 | 16 | 8:17 | 42.20 | 3:45:35 | 5:20 | 4 | 27:09 | 22 | 45:47 |