



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

evaluación detallada

Friedrich, Alexander

Asociación: Dallgow Döberitz

Dorsal: 53

recorrido: 9.75 km

10 km Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:08:20

velocidad: 8.56 km/h

rendimiento en carrera: 7:01 min/km

posición en el recorrido/Total: 183 (de 220)

posición en el recorrido/Men: 112 (de 126)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 17(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 39:29

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
vuelta 1	3.25	20:41	6:21	14	8:19	103	9:28	3.25	20:41	6:21	14	8:19	103	9:28
vuelta 2	3.25	22:43	6:59	17	9:25	106	22:42	6.50	43:24	6:40	16	17:44	107	26:03
última vuelta me	3.25	24:56	7:40	17	11:08	117	12:44	9.75	1:08:20	7:00	17	28:51	112	32:50