



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

evaluación detallada

Delfs, Manja

Asociación: Kaltenkirchen

Dorsal: 328

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 1:54:43

velocidad: 11.90 km/h

rendimiento en carrera: 5:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 44 (de 244)

posición en el recorrido/Women: 7 (de 67)

mejor tiempo del recorrido: 1:47:05

posición en la categoría: 1(de 12)

mejor tiempo en la categoría: 1:54:43

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
vuelta 1	3.25	15:41	4:49	1	-	9	1:18	3.25	15:41	4:49	1	-	9	1:18
vuelta 2	3.25	15:49	4:51	1	-	5	0:54	6.50	31:30	4:50	1	-	6	2:12
vuelta 3	3.25	15:56	4:54	1	-	5	0:58	9.75	47:26	4:51	1	-	6	3:09
vuelta 4	3.25	16:20	5:01	1	-	7	0:55	13.00	1:03:46	4:54	1	-	7	4:04
vuelta 5	3.25	16:50	5:10	1	-	7	1:06	16.25	1:20:36	4:57	1	-	7	5:04
vuelta 6	3.25	16:56	5:12	1	-	7	1:23	19.50	1:37:32	5:00	1	-	7	6:09
última vuelta me	3.25	17:11	5:17	1	-	10	2:02	22.75	1:54:43	5:02	1	-	7	7:38