



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

evaluación detallada

Süßmilch, Ralf

Asociación: LG Burg Wiedenbrück

Dorsal: 523

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 1:57:26

velocidad: 11.24 km/h

rendimiento en carrera: 5:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 50 (de 244)

posición en el recorrido/Men: 42 (de 177)

mejor tiempo del recorrido: 1:31:43

posición en la categoría: 1(de 23)

mejor tiempo en la categoría: 1:57:26

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posició min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posició min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
vuelta 1	3.25	14:41	4:31	1	-	25	2:43	3.25	14:41	4:31	1	-	25	2:43
vuelta 2	3.25	15:22	4:43	1	-	29	2:47	6.50	30:03	4:37	1	-	26	5:30
vuelta 3	3.25	17:28	5:22	2	0:20	68	4:44	9.75	47:31	4:52	1	-	39	9:46
vuelta 4	3.25	17:28	5:22	1	-	54	4:15	13.00	1:04:59	4:59	1	-	41	13:48
vuelta 5	3.25	18:04	5:33	3	0:34	64	4:48	16.25	1:23:03	5:06	1	-	44	18:06
vuelta 6	3.25	17:45	5:27	1	-	45	4:24	19.50	1:40:48	5:10	1	-	43	22:06
última vuelta me	3.25	16:38	5:07	1	-	32	3:50	22.75	1:57:26	5:09	1	-	42	25:43