



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

evaluación detallada

Hinrichs, Ingo

Asociación: KSG Lo-Han

Dorsal: 377

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 2:08:08

velocidad: 10.30 km/h

rendimiento en carrera: 5:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 98 (de 244)

posición en el recorrido/Men: 80 (de 177)

mejor tiempo del recorrido: 1:31:43

posición en la categoría: 18(de 34)

mejor tiempo en la categoría: 1:38:53

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			retraso Men		
				retraso	posición	Men	retraso	posición	Men				retraso	posición	Men			
vuelta 1	3.25	17:35	5:24	17	4:18	85	5:37					3.25	17:35	5:24	17	4:18	85	5:37
vuelta 2	3.25	16:32	5:05	14	2:36	56	3:57	6.50	34:07	5:14	14	6:54	73	9:34				
vuelta 3	3.25	17:54	5:30	18	3:53	83	5:10	9.75	52:01	5:20	15	10:27	75	14:16				
vuelta 4	3.25	18:06	5:34	17	3:53	78	4:53	13.00	1:10:07	5:23	16	14:18	73	18:56				
vuelta 5	3.25	18:39	5:44	18	4:32	82	5:23	16.25	1:28:46	5:27	17	18:29	72	23:49				
vuelta 6	3.25	18:57	5:49	17	5:07	75	5:36	19.50	1:47:43	5:31	17	22:59	75	29:01				
última vuelta me	3.25	20:25	6:16	19	6:31	96	7:37	22.75	2:08:08	5:37	18	29:15	80	36:25				