



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

evaluación detallada

Marquardt, Alexander

Asociación: Crazy Runners Team Frankenwald
Dorsal: 432

recorrido: 22.75 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 2:14:41

velocidad: 9.80 km/h
rendimiento en carrera: 5:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 123 (de 244)
posición en el recorrido/Men: 97 (de 177)
mejor tiempo del recorrido: 1:31:43

posición en la categoría: 9(de 23)
mejor tiempo en la categoría: 1:53:31

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	retraso categoría	retraso Men	posición Men	
vuelta 1	3.25	17:17	5:19	6	3:29	79	5:19	3.25	17:17	5:19	6	3:29	79	5:19
vuelta 2	3.25	16:43	5:08	4	2:39	63	4:08	6.50	34:00	5:13	6	6:08	71	9:27
vuelta 3	3.25	18:13	5:36	8	3:16	92	5:29	9.75	52:13	5:21	8	9:24	80	14:28
vuelta 4	3.25	18:40	5:44	9	2:49	90	5:27	13.00	1:10:53	5:27	7	12:13	78	19:42
vuelta 5	3.25	20:36	6:20	14	3:49	116	7:20	16.25	1:31:29	5:37	8	15:34	86	26:32
vuelta 6	3.25	21:16	6:32	13	4:11	112	7:55	19.50	1:52:45	5:46	9	18:07	92	34:03
última vuelta me	3.25	21:56	6:44	13	5:27	117	9:08	22.75	2:14:41	5:55	9	21:10	97	42:58