



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

evaluación detallada

Ulfers, Björn

Asociación: LC Duisburg

Dorsal: 532

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 2:15:24

velocidad: 10.08 km/h

rendimiento en carrera: 5:57 min/km

posición en el recorrido/Total: 127 (de 244)

posición en el recorrido/Men: 100 (de 177)

mejor tiempo del recorrido: 1:31:43

posición en la categoría: 11(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	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
vuelta 1	3.25	18:33	5:42	17	4:45	113	6:35	3.25	18:33	5:42	17	4:45	113	6:35
vuelta 2	3.25	18:27	5:40	15	4:23	112	5:52	6.50	37:00	5:41	14	9:08	104	12:27
vuelta 3	3.25	18:19	5:38	10	3:22	98	5:35	9.75	55:19	5:40	13	12:30	102	17:34
vuelta 4	3.25	19:26	5:58	10	3:35	107	6:13	13.00	1:14:45	5:45	13	16:05	106	23:34
vuelta 5	3.25	19:57	6:08	10	3:10	101	6:41	16.25	1:34:42	5:49	13	18:47	106	29:45
vuelta 6	3.25	20:29	6:18	10	3:24	100	7:08	19.50	1:55:11	5:54	13	20:33	106	36:29
última vuelta me	3.25	20:13	6:13	9	3:44	94	7:25	22.75	2:15:24	5:57	11	21:53	100	43:41