



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

evaluación detallada

Werner, Frank

Asociación: SG Urbich 1984 e.V.

Dorsal: 544

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 2:16:34

velocidad: 9.67 km/h

rendimiento en carrera: 6:00 min/km

posición en el recorrido/Total: 130 (de 244)

posición en el recorrido/Men: 102 (de 177)

mejor tiempo del recorrido: 1:31:43

posición en la categoría: 21(de 34)

mejor tiempo en la categoría: 1:38:53

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | stage score | | | | Total score | | | | | | |
|------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------------------|----------------|----------------|----------------|-------------|-----------------|-----------------|----------------------|----------------|----------------|-------|
| | | | | retraso categoría | retraso Men | retraso Men | retraso Men | Total km | Total tiempo | Total min/km | retraso categoría | retraso Men | retraso Men | |
| vuelta 1 | 3.25 | 17:12 | 5:17 | 13 | 3:55 | 74 | 5:14 | 3.25 | 17:12 | 5:17 | 13 | 3:55 | 74 | 5:14 |
| vuelta 2 | 3.25 | 17:51 | 5:29 | 19 | 3:55 | 91 | 5:16 | 6.50 | 35:03 | 5:23 | 17 | 7:50 | 83 | 10:30 |
| vuelta 3 | 3.25 | 19:17 | 5:56 | 22 | 5:16 | 118 | 6:33 | 9.75 | 54:20 | 5:34 | 19 | 12:46 | 97 | 16:35 |
| vuelta 4 | 3.25 | 19:22 | 5:57 | 22 | 5:09 | 106 | 6:09 | 13.00 | 1:13:42 | 5:40 | 20 | 17:53 | 96 | 22:31 |
| vuelta 5 | 3.25 | 20:22 | 6:15 | 22 | 6:15 | 108 | 7:06 | 16.25 | 1:34:04 | 5:47 | 20 | 23:47 | 102 | 29:07 |
| vuelta 6 | 3.25 | 21:23 | 6:34 | 23 | 7:33 | 117 | 8:02 | 19.50 | 1:55:27 | 5:55 | 21 | 30:43 | 108 | 36:45 |
| última vuelta me | 3.25 | 21:07 | 6:29 | 23 | 7:13 | 106 | 8:19 | 22.75 | 2:16:34 | 6:00 | 21 | 37:41 | 102 | 44:51 |