



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

evaluación detallada

Powierski, Janosch

Asociación: Dynamo Tresen

Dorsal: 462

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 2:21:34

velocidad: 9.32 km/h

rendimiento en carrera: 6:13 min/km

posición en el recorrido/Total: 150 (de 244)

posición en el recorrido/Men: 119 (de 177)

mejor tiempo del recorrido: 1:31:43

posición en la categoría: 16(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 categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
vuelta 1	3.25	19:59	6:08	21	6:11	141	8:01	3.25	19:59	6:08	21	6:11	141	8:01
vuelta 2	3.25	20:00	6:09	18	5:56	144	7:25	6.50	39:59	6:09	20	12:07	145	15:26
vuelta 3	3.25	19:31	6:00	16	4:34	126	6:47	9.75	59:30	6:06	17	16:41	136	21:45
vuelta 4	3.25	20:18	6:14	16	4:27	126	7:05	13.00	1:19:48	6:08	17	21:08	133	28:37
vuelta 5	3.25	20:27	6:17	13	3:40	111	7:11	16.25	1:40:15	6:10	17	24:20	127	35:18
vuelta 6	3.25	20:41	6:21	11	3:36	101	7:20	19.50	2:00:56	6:12	16	26:18	122	42:14
última vuelta me	3.25	20:38	6:20	10	4:09	97	7:50	22.75	2:21:34	6:13	16	28:03	119	49:51