



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

evaluación detallada

Plück, Thomas

Asociación: LG Donatus Erftstadt

Dorsal: 461

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 2:21:59

velocidad: 9.30 km/h

rendimiento en carrera: 6:14 min/km

posición en el recorrido/Total: 154 (de 244)

posición en el recorrido/Men: 123 (de 177)

mejor tiempo del recorrido: 1:31:43

posición en la categoría: 25(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	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
				Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men
vuelta 1	3.25	19:34	6:01	27	6:17	134	7:36	3.25	19:34	6:01	27	6:17	134	7:36
vuelta 2	3.25	18:57	5:49	25	5:01	120	6:22	6.50	38:31	5:55	26	11:18	128	13:58
vuelta 3	3.25	19:26	5:58	24	5:25	123	6:42	9.75	57:57	5:56	25	16:23	124	20:12
vuelta 4	3.25	21:17	6:32	27	7:04	143	8:04	13.00	1:19:14	6:05	26	23:25	128	28:03
vuelta 5	3.25	21:05	6:29	25	6:58	127	7:49	16.25	1:40:19	6:10	25	30:02	128	35:22
vuelta 6	3.25	20:47	6:23	21	6:57	103	7:26	19.50	2:01:06	6:12	25	36:22	124	42:24
última vuelta me	3.25	20:53	6:25	21	6:59	102	8:05	22.75	2:21:59	6:14	25	43:06	123	50:16