



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

evaluación detallada

Seifried, Michael

Asociación: Lufthansa Sportverein

Dorsal: 508

recorrido: 22.75 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 2:27:17

velocidad: 8.96 km/h

rendimiento en carrera: 6:28 min/km

posición en el recorrido/Total: 173 (de 244)

posición en el recorrido/Men: 136 (de 177)

mejor tiempo del recorrido: 1:31:43

posición en la categoría: 19(de 30)

mejor tiempo en la categoría: 1:45:14

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	18:52	5:48	14	4:42	122	6:54	3.25	18:52	5:48	14	4:42	122	6:54
vuelta 2	3.25	19:46	6:04	19	5:10	139	7:11	6.50	38:38	5:56	15	9:52	132	14:05
vuelta 3	3.25	21:34	6:38	23	6:37	154	8:50	9.75	1:00:12	6:10	19	16:29	143	22:27
vuelta 4	3.25	22:13	6:50	23	6:55	152	9:00	13.00	1:22:25	6:20	21	23:24	144	31:14
vuelta 5	3.25	21:07	6:29	18	5:39	128	7:51	16.25	1:43:32	6:22	21	29:03	143	38:35
vuelta 6	3.25	21:20	6:33	15	6:02	114	7:59	19.50	2:04:52	6:24	19	35:05	138	46:10
última vuelta me	3.25	22:25	6:53	19	6:58	125	9:37	22.75	2:27:17	6:28	19	42:03	136	55:34