



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

evaluación detallada

Gareis, Helmut

Asociación: Crazy Runners Team Frankenwald
Dorsal: 350

recorrido: 22.75 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 2:29:40

velocidad: 8.82 km/h
rendimiento en carrera: 6:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 179 (de 244)

posición en el recorrido/Men: 140 (de 177)

mejor tiempo del recorrido: 1:31:43

posición en la categoría: 18(de 23)

mejor tiempo en la categoría: 1:57:26

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
vuelta 1	3.25	22:23	6:53	22	7:42	174	10:25	3.25	22:23	6:53	22	7:42	174	10:25
vuelta 2	3.25	22:16	6:51	22	6:54	168	9:41	6.50	44:39	6:52	22	14:36	172	20:06
vuelta 3	3.25	21:23	6:34	20	4:15	153	8:39	9.75	1:06:02	6:46	21	18:31	166	28:17
vuelta 4	3.25	19:39	6:02	14	2:11	112	6:26	13.00	1:25:41	6:35	20	20:42	155	34:30
vuelta 5	3.25	20:18	6:14	13	2:48	104	7:02	16.25	1:45:59	6:31	19	22:56	150	41:02
vuelta 6	3.25	21:15	6:32	13	3:30	110	7:54	19.50	2:07:14	6:31	19	26:26	145	48:32
última vuelta me	3.25	22:26	6:54	17	5:48	126	9:38	22.75	2:29:40	6:34	18	32:14	140	57:57