



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

evaluación detallada

Holzkamp, Jan

Asociación: LG Oerlinghausen

Dorsal: 95

recorrido: 9.75 km

10 km Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 52:24

velocidad: 10.31 km/h

rendimiento en carrera: 5:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 62 (de 220)

posición en el recorrido/Men: 51 (de 126)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 12(de 22)

mejor tiempo en la categoría: 35:30

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	17:04	5:15	11	5:51	54	5:51	3.25	17:04	5:15	11	5:51	54	5:51
vuelta 2	3.25	17:45	5:27	11	5:40	52	17:44	6.50	34:49	5:21	11	11:31	54	17:28
última vuelta me	3.25	17:35	5:24	10	5:23	48	5:23	9.75	52:24	5:22	12	16:54	51	16:54