



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

evaluación detallada

Kiesow, Alex

Asociación: Assenheim

Dorsal: 698

recorrido: 42.25 km

Marathon

categoría:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 5:27:56

velocidad: 7.73 km/h

rendimiento en carrera: 7:46 min/km

posición en el recorrido/Total: 178 (de 185)

posición en el recorrido/Men: 155 (de 161)

mejor tiempo del recorrido: 2:53:52

posición en la categoría: 39(de 40)

mejor tiempo en la categoría: 3:16:10

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	23:00	7:04	39	10:10	158	11:13	3.25	23:00	7:04	39	10:10	158	11:13
vuelta 2	3.25	22:32	6:56	38	9:05	157	22:31	6.50	45:32	7:00	39	19:15	158	28:17
vuelta 3	3.25	21:42	6:40	38	7:55	154	8:52	9.75	1:07:14	6:53	39	27:10	158	33:50
vuelta 4	3.25	22:04	6:47	37	7:55	153	9:06	13.00	1:29:18	6:52	38	35:05	157	39:39
vuelta 5	3.25	22:13	6:50	38	7:58	154	9:01	16.25	1:51:31	6:51	38	43:03	157	47:56
vuelta 6	3.25	22:57	7:03	37	8:25	152	9:39	19.50	2:14:28	6:53	38	51:28	157	57:35
vuelta 7	3.25	23:38	7:16	38	8:50	152	10:16	22.75	2:38:06	6:56	38	1:00:18	154	1:07:38
vuelta 8	3.25	24:17	7:28	37	9:26	149	24:16	26.00	3:02:23	7:00	38	1:09:26	154	1:18:10
vuelta 9	3.25	26:31	8:09	38	10:52	152	12:32	29.25	3:28:54	7:08	38	1:20:18	154	1:30:42
vuelta 10	3.25	25:52	7:57	37	9:53	149	11:56	32.50	3:54:46	7:13	38	1:30:11	154	1:42:28
vuelta 11	3.25	28:58	8:54	38	12:45	154	28:57	35.75	4:23:44	7:22	38	1:42:28	154	1:57:25
vuelta 12	3.25	29:59	9:13	39	13:44	156	16:09	39.00	4:53:43	7:31	39	1:55:01	155	2:13:22
última vuelta me	3.25	34:13	10:31	39	18:00	155	21:11	42.25	5:27:56	7:45	39	2:11:46	155	2:34:04