



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

evaluación detallada

Heinlein, Heiko

Asociación: Saalfeld

Dorsal: 85

recorrido: 9.75 km

10 km Lauf

categoría:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 54:49

velocidad: 10.67 km/h

rendimiento en carrera: 5:37 min/km

posición en el recorrido/Total: 89 (de 220)

posición en el recorrido/Men: 67 (de 126)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 9(de 15)

mejor tiempo en la categoría: 41:13

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	17:02	5:14	6	4:00	53	5:49	3.25	17:02	5:14	6	4:00	53	5:49
vuelta 2	3.25	18:49	5:47	10	4:49	71	18:48	6.50	35:51	5:30	8	8:49	62	18:30
última vuelta me	3.25	18:58	5:50	10	4:47	68	6:46	9.75	54:49	5:37	9	13:36	67	19:19