



26. Hainichlauf und 3. Werratalmarathon

Mihla / 01.05.2022

evaluación detallada

Hellrung, Heiko

Asociación: Bad Sooden-Allendorf

Dorsal: 518

recorrido: 42.20 km

Marathon

categoría:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 4:06:28

velocidad: 10.22 km/h

rendimiento en carrera: 5:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 18 (de 39)

posición en el recorrido/Men: 17 (de 36)

mejor tiempo del recorrido: 3:02:33

posición en la categoría: 3(de 6)

mejor tiempo en la categoría: 3:02:33

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
Falken	11.60	1:00:11	5:11	4	14:10	19	14:10	11.60	1:00:11	5:11	4	14:10	19	14:10
Volteroda	12.30	1:13:49	6:00	4	20:47	21	20:51	23.90	2:14:00	5:36	4	34:57	20	35:01
Creuzburg	9.10	54:05	5:56	2	14:53	16	14:53	33.00	3:08:05	5:41	3	49:50	18	49:50
Mihla	9.20	58:23	6:20	2	14:05	14	14:05	42.20	4:06:28	5:50	3	1:03:55	17	1:03:55