



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

Exploitation détaillée

Lange, Heiko

Association: Fitunlimited/S1 Suhl

Dossard: 292

Circuit: 9.75 km

10 km Lauf

Catégorie:

Männer M45

Temps total: 52:03

Vitesse: 10.37 km/h

Kilométrage: 5:20 min/km

Place par parcours/Total: 100 (de 150)

Place par parcours/Hommes: 94 (de 128)

Meilleur temps dans le parcours: 32:24

Place par catégorie: 17(de 23)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:30

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	
Tour 1	3.25	16:53	5:11	21	5:07	104	6:40	3.25	16:53	5:11	8	2:09	94	6:40															
Tour 2	3.25	17:45	5:27	17	4:51	93	6:33	6.50	34:38	5:19	8	2:52	94	13:13															
Dernier temps A	3.25	17:25	5:21	17	4:35	92	6:26	9.75	52:03	5:20	17	14:33	97	29:17															