



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

Exploitation détaillée

Hell, Roland

Association: Zeitjäger

Dossard: 23

Circuit: 22.75 km

Halbmarathon

Catégorie:

Männer M40

Temps total: 2:45:24

Vitesse: 7.98 km/h

Kilométrage: 7:16 min/km

Place par parcours/Total: 6 (de 7)

Place par parcours/Hommes: 5 (de 6)

Meilleur temps dans le parcours: 1:48:49

Place par catégorie: 2(de 2)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:52:39

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires			Résultats d'étape				Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Tour 1	3.25	17:43	5:27	2	2:30	4	3:55	3.25	17:43	5:27	1	-	3	3:55
Tour 2	3.25	22:25	6:53	2	6:42	6	7:34	6.50	40:08	6:10	1	-	3	11:21
Tour 3	3.25	23:21	7:11	2	7:38	6	7:55	9.75	1:03:29	6:30	1	-	3	18:15
Tour 4	3.25	23:26	7:12	2	7:45	5	8:07	13.00	1:26:55	6:41	1	-	1	-
Tour 5	3.25	25:32	7:51	2	9:40	6	9:48	16.25	1:52:27	6:55	1	-	3	33:43
Tour 6	3.25	27:07	8:20	2	10:47	6	10:51	19.50	2:19:34	7:09	1	-	3	42:57
Dernier temps A	3.25	25:50	7:56	2	7:43	5	8:58	22.75	2:45:24	7:16	2	52:45	5	56:35