



# 7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

## Exploitation détaillée

**Nentwich, Rolf**

Association: Lübbecker Berglöwen

Dossard: 571

Circuit: 42.25 km

Marathon

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 3:48:32

Vitesse: 11.03 km/h

Kilométrage: 5:25 min/km

Place par parcours/Total: 53 (de 148)

Place par parcours/Hommes: 52 (de 130)

Meilleur temps dans le parcours: 2:45:50

Place par catégorie: 9(de 28)

Meilleur temps dans la catégorie: 2:59:43

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape			Place			Retard			Total			Place			Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	catg.	catg.	Hommes	catg.	catg.	Hommes
Tour 1	3.25	15:19	4:42	6	2:35	42	3:03			3.25	15:19	4:42	20		54			2:31
Tour 2	3.25	15:22	4:43	5	2:28	36	2:44			6.50	30:41	4:43	20		54			4:29
Tour 3	3.25	16:19	5:01	10	3:06	59	3:48			9.75	47:00	4:49	20		54			6:43
Tour 4	3.25	16:44	5:08	12	3:13	62	4:13			13.00	1:03:44	4:54	20		54			8:56
Tour 5	3.25	17:16	5:18	13	3:45	70	4:39			16.25	1:21:00	4:59	20		54			11:09
Tour 6	3.25	17:16	5:18	13	3:36	68	4:38			19.50	1:38:16	5:02	20		54			11:34
Tour 7	3.25	17:18	5:19	11	3:35	60	4:38			22.75	1:55:34	5:04	20		54			10:54
Tour 8	3.25	17:28	5:22	10	3:39	55	4:51			26.00	2:13:02	5:06	20		53			7:08
Tour 9	3.25	18:03	5:33	9	4:03	54	5:20			29.25	2:31:05	5:09	20		53			8:14
Tour 10	3.25	18:20	5:38	7	4:00	48	5:31			32.50	2:49:25	5:12	20		52			8:47
Tour 11	3.25	19:31	6:00	9	4:53	57	6:29			35.75	3:08:56	5:17	20		52			8:47
Tour 12	3.25	19:04	5:51	6	4:05	42	5:40			39.00	3:28:00	5:19	20		51			7:59
Dernier temps A	3.25	20:32	6:19	11	5:51	68	20:15			42.25	3:48:32	5:24	10	48:49	56			3:28:21