



# 10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

## Exploitation détaillée

**Birkholz, Heike**

Association: Moringen

Dossard: 9

Circuit: 9.75 km

10 km Lauf

Catégorie:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

Temps total: 1:13:47

Vitesse: 7.93 km/h

Kilométrage: 7:34 min/km

Place par parcours/Total: 175 (de 181)

Place par parcours/Femmes: 57 (de 59)

Meilleur temps dans le parcours: 39:58

Place par catégorie: 10(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 50:41

### 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.	Femme	Femmes	catg.	catg.	Femme	Femmes	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	catg.	catg.	Femme	Femmes		
Tour 1	3.25	22:56	7:03	10	6:50	57	9:43								3.25	22:56	7:03	10	6:50	57	9:43							
Tour 2	3.25	25:06	7:43	10	8:07	56	11:45								6.50	48:02	7:23	10	14:43	57	21:28							
Dernier temps A	3.25	25:45	7:55	10	8:31	57	12:21								9.75	1:13:47	7:34	10	23:06	57	33:49							