



# 10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

## Exploitation détaillée

**Milz, Ralf**

Association: Vorwärts Köln

Dossard: 384

Circuit: 22.75 km

Halbmarathon

Catégorie:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

Temps total: 1:47:57

Vitesse: 12.23 km/h

Kilométrage: 4:45 min/km

Place par parcours/Total: 27 (de 159)

Place par parcours/Hommes: 25 (de 122)

Meilleur temps dans le parcours: 1:28:31

Place par catégorie: 3(de 14)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:37:58

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	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	14:44	4:31	3	1:42	27	2:59	3.25	14:44	4:31	3	1:42	27	2:59
Tour 2	3.25	15:21	4:43	3	1:49	29	2:59	6.50	30:05	4:37	3	3:31	30	5:53
Tour 3	3.25	15:26	4:44	3	1:38	27	2:55	9.75	45:31	4:40	3	5:09	30	8:48
Tour 4	3.25	15:26	4:44	3	1:27	22	2:44	13.00	1:00:57	4:41	3	6:36	25	11:15
Tour 5	3.25	15:45	4:50	3	1:31	26	2:49	16.25	1:16:42	4:43	3	8:07	25	14:03
Tour 6	3.25	15:39	4:48	3	0:54	20	2:44	19.50	1:32:21	4:44	3	9:01	25	16:32
Dernier temps A	3.25	15:36	4:47	3	0:58	25	2:59	22.75	1:47:57	4:44	3	9:59	25	19:26