



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 |