



# 10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

## Exploitation détaillée

**Lange, Heiko**

Association: Lauffreunde Zimmermann

Dossard: 99

Circuit: 9.75 km

10 km Lauf

Catégorie:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 50:18

Vitesse: 10.74 km/h

Kilométrage: 5:10 min/km

Place par parcours/Total: 62 (de 181)

Place par parcours/Hommes: 54 (de 122)

Meilleur temps dans le parcours: 34:17

Place par catégorie: 5(de 16)

Meilleur temps dans la catégorie: 42:27

### 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.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm
Tour 1	3.25	16:47	5:09	7	2:55	62	5:22	3.25	16:47	5:09	7	2:55	62	5:22	3.25	16:47	5:09	7	2:55	62	5:22	3.25	16:47	5:09	7	2:55	62	5:22	
Tour 2	3.25	17:03	5:14	5	2:50	54	5:34	6.50	33:50	5:12	7	5:45	58	10:56	6.50	33:50	5:12	7	5:45	58	10:56	6.50	33:50	5:12	7	5:45	58	10:56	
Dernier temps A	3.25	16:28	5:03	4	2:06	44	5:05	9.75	50:18	5:09	5	7:51	54	16:01	9.75	50:18	5:09	5	7:51	54	16:01	9.75	50:18	5:09	5	7:51	54	16:01	