



# 11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

## Exploitation détaillée

**FROST, Frank**

Association: BSG Beitragsservice

Dossard: 223

Circuit: 9.75 km

10 km Lauf

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 1:05:40

Vitesse: 8.22 km/h

Kilométrage: 6:44 min/km

Place par parcours/Total: 137 (de 166)

Place par parcours/Hommes: 83 (de 94)

Meilleur temps dans le parcours: 36:01

Place par catégorie: 15(de 16)

Meilleur temps dans la catégorie: 46:43

### 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.
Tour 1	3.25	21:57	6:45	15	7:29	87	10:06	3.25	21:57	6:45	15	7:29	87	10:06	3.25	21:57	6:45	15	7:29	87	10:06	3.25	21:57	6:45	15	7:29	87	10:06
Tour 2	3.25	21:58	6:45	15	5:56	81	9:49	6.50	43:55	6:45	15	13:25	84	19:40	6.50	43:55	6:45	15	13:25	84	19:40	6.50	43:55	6:45	15	13:25	84	19:40
Dernier temps A	3.25	21:45	6:41	14	5:32	77	9:59	9.75	1:05:40	6:44	15	18:57	83	29:39	9.75	1:05:40	6:44	15	18:57	83	29:39	9.75	1:05:40	6:44	15	18:57	83	29:39