



# 12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

## Exploitation détaillée

**BENECKE, Ralf**

Association: LAufstall

Dossard: 314

Circuit: 22.75 km

Halbmarathon

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 2:10:49

Vitesse: 10.43 km/h

Kilométrage: 5:45 min/km

Place par parcours/Total: 136 (de 261)

Place par parcours/Hommes: 121 (de 215)

Meilleur temps dans le parcours: 1:25:10

Place par catégorie: 18(de 34)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:39:17

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Etape		Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
	km	Temps				Place	Retard							
Tour 1	3.25	16:40	5:07	18	3:49	107	5:22	3.25	16:40	5:07	18	3:49	107	5:22
Tour 2	3.25	18:26	5:40	24	4:17	146	6:37	6.50	35:06	5:24	18	8:06	126	11:45
Tour 3	3.25	18:23	5:39	19	4:00	126	6:11	9.75	53:29	5:29	19	12:06	123	17:56
Tour 4	3.25	18:40	5:44	19	5:05	121	6:14	13.00	1:12:09	5:33	18	16:17	120	24:10
Tour 5	3.25	19:29	5:59	18	6:21	125	6:59	16.25	1:31:38	5:38	18	21:15	123	31:09
Tour 6	3.25	19:33	6:00	18	5:45	116	7:05	19.50	1:51:11	5:42	17	26:10	121	38:14
Dernier temps A	3.25	19:38	6:02	19	6:03	121	17:32	22.75	2:10:49	5:45	19	39:10	123	2:08:43