



12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

Exploitation détaillée

KOHUT, Rafal

Association: Gorzów Wielkopolski

Dossard: 416

Circuit: 22.75 km

Halbmarathon

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 2:32:22

Vitesse: 8.96 km/h

Kilométrage: 6:42 min/km

Place par parcours/Total: 206 (de 261)

Place par parcours/Hommes: 178 (de 215)

Meilleur temps dans le parcours: 1:25:10

Place par catégorie: 30(de 34)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:39:17

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	19:08	5:53	28	6:17	163	7:50	3.25	19:08	5:53	28	6:17	163	7:50	3.25	19:08	5:53	28	6:17	163	7:50	3.25	19:08	5:53	28	6:17	163	7:50
Tour 2	3.25	21:43	6:40	33	7:34	199	9:54	6.50	40:51	6:17	31	13:51	184	17:30	6.50	40:51	6:17	31	13:51	184	17:30	6.50	40:51	6:17	31	13:51	184	17:30
Tour 3	3.25	22:14	6:50	33	7:51	194	10:02	9.75	1:03:05	6:28	32	21:42	188	27:32	9.75	1:03:05	6:28	32	21:42	188	27:32	9.75	1:03:05	6:28	32	21:42	188	27:32
Tour 4	3.25	22:19	6:51	33	8:44	189	9:53	13.00	1:25:24	6:34	32	29:32	188	37:25	13.00	1:25:24	6:34	32	29:32	188	37:25	13.00	1:25:24	6:34	32	29:32	188	37:25
Tour 5	3.25	21:50	6:43	29	8:42	170	9:20	16.25	1:47:14	6:35	31	36:51	184	46:45	16.25	1:47:14	6:35	31	36:51	184	46:45	16.25	1:47:14	6:35	31	36:51	184	46:45
Tour 6	3.25	23:38	7:16	29	9:50	180	11:10	19.50	2:10:52	6:42	31	45:51	185	57:55	19.50	2:10:52	6:42	31	45:51	185	57:55	19.50	2:10:52	6:42	31	45:51	185	57:55
Dernier temps Ar	3.25	21:30	6:36	26	7:55	158	19:24	22.75	2:32:22	6:41	31	1:00:43	180	2:30:16	22.75	2:32:22	6:41	31	1:00:43	180	2:30:16	22.75	2:32:22	6:41	31	1:00:43	180	2:30:16