



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

Exploitation détaillée

Kohn, Holger

Association: Hawk Lake Runners Falkensee

Dossard: 412

Circuit: 22.75 km

Halbmarathon

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 2:13:44

Vitesse: 9.87 km/h

Kilométrage: 5:53 min/km

Place par parcours/Total: 124 (de 244)

Place par parcours/Hommes: 104 (de 179)

Meilleur temps dans le parcours: 1:31:15

Place par catégorie: 18(de 29)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:36:19

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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Tour 1	3.25	17:59	5:31	17	5:01	104	5:01	3.25	17:59	5:31	17	5:01	104	5:01
Tour 2	3.25	17:54	5:30	18	4:32	104	4:50	6.50	35:53	5:31	18	9:33	103	9:33
Tour 3	3.25	18:10	5:35	17	4:50	104	5:00	9.75	54:03	5:32	18	14:23	104	14:33
Tour 4	3.25	19:17	5:56	19	5:26	110	6:17	13.00	1:13:20	5:38	18	19:49	107	20:50
Tour 5	3.25	18:29	5:41	16	4:13	81	5:42	16.25	1:31:49	5:39	18	24:02	100	26:32
Tour 6	3.25	19:33	6:00	14	5:12	95	6:39	19.50	1:51:22	5:42	18	29:14	101	33:11
Dernier temps A	3.25	22:22	6:52	22	8:11	138	9:18	22.75	2:13:44	5:52	18	37:25	105	1:01:28