



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

Exploitation détaillée

Rüping, Uwe

Association: Lauf Team Unna

Dossard: 781

Circuit: 22.75 km

Halbmarathon

Catégorie:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

Temps total: 2:28:16

Vitesse: 9.21 km/h

Kilométrage: 6:31 min/km

Place par parcours/Total: 182 (de 244)

Place par parcours/Hommes: 145 (de 179)

Meilleur temps dans le parcours: 1:31:15

Place par catégorie: 19(de 22)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:53:58

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Tour 1	3.25	19:30	6:00	16	3:54	138	6:32	3.25	19:30	6:00	16	3:54	138	6:32
Tour 2	3.25	19:07	5:52	16	3:35	136	6:03	6.50	38:37	5:56	17	7:14	137	12:17
Tour 3	3.25	20:00	6:09	19	4:18	144	6:50	9.75	58:37	6:00	18	11:32	142	19:07
Tour 4	3.25	21:52	6:43	19	5:46	155	8:52	13.00	1:20:29	6:11	19	17:18	148	27:59
Tour 5	3.25	21:50	6:43	20	5:13	149	9:03	16.25	1:42:19	6:17	20	22:31	148	37:02
Tour 6	3.25	22:46	7:00	19	6:07	148	9:52	19.50	2:05:05	6:24	20	28:16	149	46:54
Dernier temps A	3.25	23:11	7:08	19	7:10	143	10:07	22.75	2:28:16	6:31	19	34:18	146	1:16:00