



# 13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

## Exploitation détaillée

**Ostendorf, Nicole**

Association: TSG Hatten-Sandkrug

Dossard: 457

Circuit: 22.75 km

Halbmarathon

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Temps total: 2:29:00

Vitesse: 8.86 km/h

Kilométrage: 6:33 min/km

Place par parcours/Total: 187 (de 244)

Place par parcours/Femmes: 40 (de 65)

Meilleur temps dans le parcours: 1:42:53

Place par catégorie: 4(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:58:21

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

| Poste            | Etape |       | Etape<br>min/km | Place<br>catg. | Retard<br>catg. | Etape |        | Total<br>km | Total<br>Temps | Total<br>min/km | Place<br>catg. | Retard<br>catg. | Place<br>Femme | Retard<br>Femmes |
|------------------|-------|-------|-----------------|----------------|-----------------|-------|--------|-------------|----------------|-----------------|----------------|-----------------|----------------|------------------|
|                  | km    | Temps |                 |                |                 | Place | Retard |             |                |                 |                |                 |                |                  |
| Tour 1           | 3.25  | 20:40 | 6:21            | 6              | 4:30            | 42    | 6:48   | 3.25        | 20:40          | 6:21            | 6              | 4:30            | 42             | 6:48             |
| Tour 2           | 3.25  | 19:28 | 5:59            | 2              | 2:45            | 32    | 4:49   | 6.50        | 40:08          | 6:10            | 5              | 7:15            | 40             | 11:37            |
| Tour 3           | 3.25  | 21:25 | 6:35            | 7              | 4:35            | 48    | 6:42   | 9.75        | 1:01:33        | 6:18            | 5              | 11:50           | 44             | 18:16            |
| Tour 4           | 3.25  | 20:53 | 6:25            | 2              | 3:53            | 38    | 6:00   | 13.00       | 1:22:26        | 6:20            | 4              | 15:43           | 42             | 24:16            |
| Tour 5           | 3.25  | 22:07 | 6:48            | 4              | 4:55            | 42    | 7:03   | 16.25       | 1:44:33        | 6:26            | 4              | 20:38           | 41             | 31:19            |
| Tour 6           | 3.25  | 21:41 | 6:40            | 3              | 4:16            | 36    | 6:33   | 19.50       | 2:06:14        | 6:28            | 3              | 24:54           | 40             | 37:52            |
| Dernier temps Ar | 3.25  | 22:46 | 7:00            | 5              | 5:45            | 42    | 8:15   | 22.75       | 2:29:00        | 6:32            | 4              | 30:39           | 40             | 46:07            |