



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

Exploitation détaillée

Friis, Lone

Association: Klub 100 Marathon

Dossard: 653

Circuit: 42.25 km

Marathon

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Temps total: 4:22:40

Vitesse: 9.65 km/h

Kilométrage: 6:13 min/km

Place par parcours/Total: 119 (de 193)

Place par parcours/Femmes: 14 (de 32)

Meilleur temps dans le parcours: 3:42:42

Place par catégorie: 3(de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 3:58:14

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape			Place catg.	Retard catg.			Total			Place catg.	Retard catg.		
	km	Temps	min/km		Femme	Femmes	km	Temps	min/km	Femme		Femmes		
Tour 1	3.25	19:20	5:56	3	2:41	18	4:57	3.25	19:20	5:56	3	2:41	18	4:57
Tour 2	3.25	19:26	5:58	3	1:48	19	3:36	6.50	38:46	5:57	3	4:24	18	8:33
Tour 3	3.25	19:22	5:57	3	1:49	17	3:19	9.75	58:08	5:57	3	5:43	18	11:52
Tour 4	3.25	19:47	6:05	3	2:12	18	3:21	13.00	1:17:55	5:59	3	6:59	17	14:52
Tour 5	3.25	19:38	6:02	3	1:54	16	3:03	16.25	1:37:33	6:00	3	8:18	18	16:38
Tour 6	3.25	19:45	6:04	3	1:54	15	2:55	19.50	1:57:18	6:00	3	10:12	17	19:06
Tour 7	3.25	19:43	6:03	3	1:43	15	2:48	22.75	2:17:01	6:01	3	11:55	17	21:54
Tour 8	3.25	20:48	6:24	3	2:19	17	3:30	26.00	2:37:49	6:04	3	14:14	17	25:24
Tour 9	3.25	20:56	6:26	3	2:26	14	3:14	29.25	2:58:45	6:06	3	16:40	17	28:38
Tour 10	3.25	21:10	6:30	3	2:21	17	3:09	32.50	3:19:55	6:09	3	19:01	14	31:47
Tour 11	3.25	21:10	6:30	3	2:24	16	3:27	35.75	3:41:05	6:11	3	21:25	14	34:46
Tour 12	3.25	21:01	6:28	3	2:08	15	3:23	39.00	4:02:06	6:12	3	23:33	14	37:26
Dernier temps Ai	3.25	20:34	6:19	3	2:45	15	3:19	42.25	4:22:40	6:13	3	24:26	14	39:58