



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

Exploitation détaillée

Koch, Lars

Association: Herzberg

Dossard: 118

Circuit: 9.75 km

10 km Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 48:10

Vitesse: 12.15 km/h

Kilométrage: 4:56 min/km

Place par parcours/Total: 32 (de 220)

Place par parcours/Hommes: 29 (de 126)

Meilleur temps dans le parcours: 35:30

Place par catégorie: 7(de 22)

Meilleur temps dans la catégorie: 35:30

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.	Homm
Tour 1	3.25	14:50	4:33	7	3:37	24	3:37	3.25	14:50	4:33	7	3:37	24	3:37	3.25	14:50	4:33	7	3:37	24	3:37	7	3:37	24	3:37	7	3:37	24	3:37
Tour 2	3.25	16:23	5:02	7	4:18	32	16:22	6.50	31:13	4:48	7	7:55	29	13:52	6.50	31:13	4:48	7	7:55	29	13:52	7	7:55	29	13:52	7	7:55	29	13:52
Dernier temps A	3.25	16:57	5:12	7	4:45	35	4:45	9.75	48:10	4:56	7	12:40	29	12:40	9.75	48:10	4:56	7	12:40	29	12:40	7	12:40	29	12:40	7	12:40	29	12:40