



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

Exploitation détaillée

Steinke, Roland

Association: Harbour Runners Hamburg

Dossard: 802

Circuit: 22.75 km

Halbmarathon

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 2:23:07

Vitesse: 9.54 km/h

Kilométrage: 6:17 min/km

Place par parcours/Total: 155 (de 244)

Place par parcours/Hommes: 124 (de 177)

Meilleur temps dans le parcours: 1:31:43

Place par catégorie: 26(de 34)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:38:53

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 Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Tour 1	3.25	20:20	6:15	31	7:03	152	8:22	3.25	20:20	6:15	31	7:03	152	8:22
Tour 2	3.25	18:40	5:44	24	4:44	118	6:05	6.50	39:00	6:00	27	11:47	135	14:27
Tour 3	3.25	19:29	5:59	25	5:28	125	6:45	9.75	58:29	5:59	26	16:55	129	20:44
Tour 4	3.25	20:38	6:20	25	6:25	134	7:25	13.00	1:19:07	6:05	25	23:18	125	27:56
Tour 5	3.25	21:42	6:40	26	7:35	139	8:26	16.25	1:40:49	6:12	26	30:32	130	35:52
Tour 6	3.25	21:03	6:28	22	7:13	107	7:42	19.50	2:01:52	6:14	26	37:08	128	43:10
Dernier temps A	3.25	21:15	6:32	24	7:21	107	8:27	22.75	2:23:07	6:17	26	44:14	124	51:24