



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

Exploitation détaillée

Gareis, Helmut

Association: Crazy Runners Team Frankenwald
Dossard: 350

Circuit: 22.75 km
Halbmarathon

Catégorie:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Temps total: 2:29:40

Vitesse: 9.12 km/h
Kilométrage: 6:35 min/km

Place par parcours/Total: 179 (de 244)
Place par parcours/Hommes: 140 (de 177)

Meilleur temps dans le parcours: 1:31:43

Place par catégorie: 18(de 23)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:57:26

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 | 22:23 | 6:53 | 22 | 7:42 | 174 | 10:25 | 3.25 | 22:23 | 6:53 | 22 | 7:42 | 174 | 10:25 |
| Tour 2 | 3.25 | 22:16 | 6:51 | 22 | 6:54 | 168 | 9:41 | 6.50 | 44:39 | 6:52 | 22 | 14:36 | 172 | 20:06 |
| Tour 3 | 3.25 | 21:23 | 6:34 | 20 | 4:15 | 153 | 8:39 | 9.75 | 1:06:02 | 6:46 | 21 | 18:31 | 166 | 28:17 |
| Tour 4 | 3.25 | 19:39 | 6:02 | 14 | 2:11 | 112 | 6:26 | 13.00 | 1:25:41 | 6:35 | 20 | 20:42 | 155 | 34:30 |
| Tour 5 | 3.25 | 20:18 | 6:14 | 13 | 2:48 | 104 | 7:02 | 16.25 | 1:45:59 | 6:31 | 19 | 22:56 | 150 | 41:02 |
| Tour 6 | 3.25 | 21:15 | 6:32 | 13 | 3:30 | 110 | 7:54 | 19.50 | 2:07:14 | 6:31 | 19 | 26:26 | 145 | 48:32 |
| Dernier temps A | 3.25 | 22:26 | 6:54 | 17 | 5:48 | 126 | 9:38 | 22.75 | 2:29:40 | 6:34 | 18 | 32:14 | 140 | 57:57 |