



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

Exploitation détaillée

Rüping, Uwe

Association: Lauf Team Unna

Dossard: 773

Circuit: 42.25 km

Marathon

Catégorie:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

Temps total: 4:10:47

Vitesse: 10.11 km/h

Kilométrage: 5:56 min/km

Place par parcours/Total: 77 (de 185)

Place par parcours/Hommes: 72 (de 161)

Meilleur temps dans le parcours: 2:53:52

Place par catégorie: 10(de 30)

Meilleur temps dans la catégorie: 3:39:08

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

| Poste | Etape | | Place | Retard | Place | | Retard | Total | | Total | Total | Place | Retard | Place | Retard |
|-----------------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|--------|-----------|---------|-------|-------|-------|--------|---------|--------|
| | km | Temps | | | min/km | catg. | | catg.Homm | Homm | | | | | | |
| Tour 1 | 3.25 | 18:58 | 5:50 | 16 | 5:13 | 109 | 7:11 | 3.25 | 18:58 | 5:50 | 16 | 5:13 | 109 | 7:11 | |
| Tour 2 | 3.25 | 18:41 | 5:44 | 14 | 4:37 | 105 | 18:40 | 6.50 | 37:39 | 5:47 | 16 | 9:50 | 109 | 20:24 | |
| Tour 3 | 3.25 | 18:37 | 5:43 | 14 | 4:08 | 97 | 5:47 | 9.75 | 56:16 | 5:46 | 15 | 13:58 | 106 | 22:52 | |
| Tour 4 | 3.25 | 19:08 | 5:53 | 14 | 4:17 | 98 | 6:10 | 13.00 | 1:15:24 | 5:48 | 15 | 18:15 | 104 | 25:45 | |
| Tour 5 | 3.25 | 18:43 | 5:45 | 11 | 3:17 | 82 | 5:31 | 16.25 | 1:34:07 | 5:47 | 14 | 21:32 | 99 | 30:32 | |
| Tour 6 | 3.25 | 19:21 | 5:57 | 15 | 3:11 | 90 | 6:03 | 19.50 | 1:53:28 | 5:49 | 14 | 24:43 | 97 | 36:35 | |
| Tour 7 | 3.25 | 19:42 | 6:03 | 13 | 3:18 | 88 | 6:20 | 22.75 | 2:13:10 | 5:51 | 14 | 28:01 | 96 | 42:42 | |
| Tour 8 | 3.25 | 20:47 | 6:23 | 19 | 3:50 | 99 | 20:46 | 26.00 | 2:33:57 | 5:55 | 14 | 31:23 | 97 | 49:44 | |
| Tour 9 | 3.25 | 19:27 | 5:59 | 9 | 2:24 | 68 | 5:28 | 29.25 | 2:53:24 | 5:55 | 13 | 32:54 | 90 | 55:12 | |
| Tour 10 | 3.25 | 19:16 | 5:55 | 7 | 2:07 | 55 | 5:20 | 32.50 | 3:12:40 | 5:55 | 12 | 32:41 | 85 | 1:00:22 | |
| Tour 11 | 3.25 | 19:38 | 6:02 | 5 | 2:12 | 52 | 19:37 | 35.75 | 3:32:18 | 5:56 | 10 | 31:43 | 79 | 1:05:59 | |
| Tour 12 | 3.25 | 19:32 | 6:00 | 5 | 2:19 | 46 | 5:42 | 39.00 | 3:51:50 | 5:56 | 10 | 30:17 | 75 | 1:11:29 | |
| Dernier temps A | 3.25 | 18:57 | 5:49 | 7 | 1:42 | 46 | 5:55 | 42.25 | 4:10:47 | 5:56 | 10 | 31:39 | 72 | 1:16:55 | |