



8. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 21.08.2011

evaluación detallada

Diefert, Ralf

Asociación: LT Steinau

Dorsal: 545

recorrido: 21.10 km

Halbmarathon

categoría:

Männer M45

tiempo total: 1:47:16

velocidad: 11.75 km/h

rendimiento en carrera: 5:05 min/km

posición en el recorrido/Total: 11 (de 58)

posición en el recorrido/Men: 11 (de 47)

mejor tiempo del recorrido: 1:18:38

posición en la categoría: 3(de 7)

mejor tiempo en la categoría: 1:24:23

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Men	Men				km	tiempo	min/km	categoría
Pleß	13.00	1:11:00	5:27	3	13:49	10	18:23	13.00	1:11:00	5:27	3	13:49	35	
Festplatz	8.10	36:16	4:28	5	9:04	18	10:15	21.10	1:47:16	5:05	3	22:53	11	28:38