



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Castiñeira, Carlos

Asociación: Hannover
Dorsal: 28

recorrido: 5.00 km
5 km-Lauf

categoría:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 19:07

velocidad: 15.69 km/h
rendimiento en carrera: 3:49 min/km

posición en el recorrido/Total: 1 (de 53)
posición en el recorrido/Men: 1 (de 25)
mejor tiempo del recorrido: 19:07

posición en la categoría: 1(de 3)
mejor tiempo en la categoría: 19:07

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score								
				posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men		
vuelta 1	3.30	13:24	4:03	1	-	2	0:07	3.30	13:24	4:03	1	-	13			
última vuelta me	1.70	5:43	3:21	1	-	1	-	5.00	19:07	3:49	1	-	1			