



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Minkmar, Sascha

Asociación: Elan Barsinghausen
Dorsal: 124

recorrido: 9.70 km
10 km-Lauf

categoría:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 56:47

velocidad: 9.51 km/h
rendimiento en carrera: 5:51 min/km

posición en el recorrido/Total: 48 (de 73)
posición en el recorrido/Men: 34 (de 49)
mejor tiempo del recorrido: 38:37

posición en la categoría: 6(de 9)
mejor tiempo en la categoría: 38:37

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
vuelta 1	3.30	22:08	6:42	6	6:53	37	6:53	3.30	22:08	6:42	6	6:53	10	1:03
vuelta 2	1.70	10:59	6:27	5	3:21	28	3:21	5.00	33:07	6:37	6	10:14	10	0:18
vuelta 3	2.10	10:44	5:06	8	3:51	39	3:51	7.10	43:51	6:10	6	14:03	10	0:07
última vuelta me	2.60	12:56	4:58	7	4:07	34	4:07	9.70	56:47	5:51	6	18:10	34	18:10