



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Siegel, Kai

Asociación: Team Erdinger Alkoholfrei
Dorsal: 174

recorrido: 9.70 km
10 km-Lauf

categoría:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 56:55

velocidad: 9.49 km/h
rendimiento en carrera: 5:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 49 (de 73)
posición en el recorrido/Men: 35 (de 49)
mejor tiempo del recorrido: 38:37

posición en la categoría: 5(de 6)
mejor tiempo en la categoría: 46:44

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | stage score | | | | Total score | | | | | | |
|------------------|-------------|-----------------|------------------------|-------------|----------|----------|----------|-------------|-----------------|-------------------|------------------|----------|---------|----------|
| | | | | retraso | posición | retraso | posición | Total km | Total tiempo | Total posición | Total retraso | | | |
| | | | retraso | posición | retraso | posición | retraso | posición | retraso | posición | retraso | posición | retraso | posición |
| vuelta 1 | 3.30 | 22:04 | 6:41 | 5 | 3:45 | 36 | 6:49 | 3.30 | 22:04 | 6:41 | 5 | 3:45 | 12 | 0:59 |
| vuelta 2 | 1.70 | 11:55 | 7:00 | 4 | 2:43 | 38 | 4:17 | 5.00 | 33:59 | 6:47 | 5 | 6:28 | 12 | 1:10 |
| vuelta 3 | 2.10 | 9:41 | 4:36 | 4 | 1:16 | 29 | 2:48 | 7.10 | 43:40 | 6:09 | 4 | 7:44 | 9 | |
| última vuelta me | 2.60 | 13:15 | 5:05 | 5 | 2:27 | 36 | 4:26 | 9.70 | 56:55 | 5:52 | 5 | 10:11 | 35 | 18:18 |