



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