



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Hess, Rene

Asociación: Hannover
Dorsal: 110

recorrido: 9.70 km
10 km-Lauf

categoría:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 1:01:04

velocidad: 9.53 km/h
rendimiento en carrera: 6:18 min/km

posición en el recorrido/Total: 58 (de 73)
posición en el recorrido/Men: 41 (de 49)
mejor tiempo del recorrido: 38:37

posición en la categoría: 8(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 | posición | retraso | posición | Total km | Total tiempo | Total posición | retraso | posición | retraso | |
| | | | retraso | posición | retraso | posición | Total km | Total tiempo | Total posición | retraso | posición | retraso | posición | retraso |
| vuelta 1 | 3.30 | 23:16 | 7:03 | 7 | 8:01 | 39 | 8:01 | 3.30 | 23:16 | 7:03 | 8 | 8:01 | 17 | 2:11 |
| vuelta 2 | 1.70 | 12:45 | 7:30 | 8 | 5:07 | 42 | 5:07 | 5.00 | 36:01 | 7:12 | 8 | 13:08 | 17 | 3:12 |
| vuelta 3 | 2.10 | 10:24 | 4:57 | 6 | 3:31 | 36 | 3:31 | 7.10 | 46:25 | 6:32 | 8 | 16:37 | 17 | 2:41 |
| última vuelta me | 2.60 | 14:39 | 5:38 | 9 | 5:50 | 45 | 5:50 | 9.70 | 1:01:04 | 6:17 | 8 | 22:27 | 41 | 22:27 |