



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Schwarzbach, Dirk

Asociación: TSV Kirchdorf
Dorsal: 583

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 1:20:05

velocidad: 15.58 km/h
rendimiento en carrera: 3:51 min/km

posición en el recorrido/Total: 3 (de 110)
posición en el recorrido/Men: 3 (de 92)
mejor tiempo del recorrido: 1:18:02

posición en la categoría: 3(de 14)
mejor tiempo en la categoría: 1:18:02

tiempos parciales				stage score				Total score						
control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso categoría	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	retraso categoría	retraso categoría	retraso Men	retraso Men
vuelta 1	3.30	12:34	3:48	1	-	1	-	3.30	12:34	3:48	1	-	68	
vuelta 2	1.70	7:07	4:11	2	0:01	2	0:01	5.00	19:41	3:56	3	0:01	68	
vuelta 3	2.10	6:55	3:17	2	0:03	2	0:03	7.10	26:36	3:44	1	-	67	
vuelta 4	4.95	20:11	4:04	2	0:01	2	0:01	12.05	46:47	3:52	3	0:01	62	
vuelta 5	3.65	12:55	3:32	3	0:06	3	0:06	15.70	59:42	3:48	3	0:06	68	
vuelta 6	1.40	4:47	3:25	3	0:29	3	0:29	17.10	1:04:29	3:46	3	0:35	67	
última vuelta me	3.70	15:36	4:12	3	1:28	4	4:51	20.80	1:20:05	3:51	3	2:03	3	2:03