



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Jojade, Bernd

Asociación: Hannover  
Dorsal: 148

recorrido: 9.70 km  
10 km-Lauf

categoría:  
Senioren M35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 1:08:13

velocidad: 8.53 km/h  
rendimiento en carrera: 7:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 71 (de 73)  
posición en el recorrido/Men: 48 (de 49)  
mejor tiempo del recorrido: 38:37

posición en la categoría: 7(de 7)  
mejor tiempo en la categoría: 47:25

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
vuelta 1	3.30	26:51	8:08	7	8:25	48	11:36	3.30	26:51	8:08	7	8:25	24	5:46
vuelta 2	1.70	13:55	8:11	7	4:28	48	6:17	5.00	40:46	8:09	7	12:53	24	7:57
vuelta 3	2.10	12:20	5:52	7	3:52	48	5:27	7.10	53:06	7:28	7	16:45	24	9:22
última vuelta me	2.60	15:07	5:48	7	4:03	47	6:18	9.70	1:08:13	7:01	7	20:48	48	29:36