



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Hirschberger, Torsten

Asociación: 100 Marathon Club
Dorsal: 562

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:39:56

velocidad: 12.01 km/h
rendimiento en carrera: 4:48 min/km

posición en el recorrido/Total: 17 (de 110)

posición en el recorrido/Men: 16 (de 92)

mejor tiempo del recorrido: 1:18:02

posición en la categoría: 4(de 16)

mejor tiempo en la categoría: 1:26:53

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total score
				posición	categoría	Men				posición	categoría	Men	
vuelta 1	3.30	15:24	4:40	4	1:55	16	3.30	15:24	4:40	4	1:13	55	
vuelta 2	1.70	8:58	5:16	4	1:10	18	5.00	24:22	4:52	4	2:15	55	
vuelta 3	2.10	8:25	4:00	6	0:59	25	7.10	32:47	4:37	4	2:58	54	
vuelta 4	4.95	25:43	5:11	4	3:47	20	12.05	58:30	4:51	3	6:45	54	
vuelta 5	3.65	16:37	4:33	4	2:28	18	15.70	1:15:07	4:47	4	9:13	55	
vuelta 6	1.40	5:56	4:14	5	0:51	18	17.10	1:21:03	4:44	4	10:04	54	
última vuelta me	3.70	18:53	5:06	4	2:59	15	20.80	1:39:56	4:48	4	13:03	16 21:54	