



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Malcowski, Peter

Asociación: Elan Barsinghausen
Dorsal: 571

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 1:42:43

velocidad: 11.68 km/h
rendimiento en carrera: 4:56 min/km

posición en el recorrido/Total: 18 (de 110)

posición en el recorrido/Men: 17 (de 92)

mejor tiempo del recorrido: 1:18:02

posición en la categoría: 3(de 17)

mejor tiempo en la categoría: 1:31:28

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posició min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posició min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
vuelta 1	3.30	16:53	5:06	6	2:50	37	4:19	3.30	16:53	5:06	16	54		
vuelta 2	1.70	9:18	5:28	4	1:22	27	2:12	5.00	26:11	5:14	16	54		
vuelta 3	2.10	7:53	3:45	3	0:22	14	1:01	7.10	34:04	4:47	16	53		
vuelta 4	4.95	26:39	5:23	4	4:17	25	6:29	12.05	1:00:43	5:02	13	53		
vuelta 5	3.65	16:38	4:33	3	1:32	19	3:49	15.70	1:17:21	4:55	16	54		
vuelta 6	1.40	5:52	4:11	3	0:28	17	1:34	17.10	1:23:13	4:51	16	53		
última vuelta me	3.70	19:30	5:16	4	0:41	21	8:45	20.80	1:42:43	4:56	3	11:15	17	24:41