



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Beine, Stefan

Asociación: TSV Kirchdorf  
Dorsal: 503

recorrido: 20.80 km  
Halbmarathon

categoría:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:43:43

velocidad: 12.03 km/h  
rendimiento en carrera: 4:59 min/km

posición en el recorrido/Total: 24 (de 110)  
posición en el recorrido/Men: 21 (de 92)  
mejor tiempo del recorrido: 1:18:02

posición en la categoría: 5(de 16)  
mejor tiempo en la categoría: 1:26:53

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
vuelta 1	3.30	15:49	4:47	6	2:20	22	3:15	3.30	15:49	4:47	5	1:38	50	
vuelta 2	1.70	9:12	5:24	5	1:24	25	2:06	5.00	25:01	5:00	5	2:54	50	
vuelta 3	2.10	8:23	3:59	5	0:57	24	1:31	7.10	33:24	4:42	5	3:35	49	
vuelta 4	4.95	26:53	5:25	5	4:57	28	6:43	12.05	1:00:17	5:00	16	8:32	90	
vuelta 5	3.65	17:25	4:46	5	3:16	24	4:36	15.70	1:17:42	4:56	5	11:48	50	
vuelta 6	1.40	6:09	4:23	8	1:04	26	1:51	17.10	1:23:51	4:54	5	12:52	49	
última vuelta me	3.70	19:52	5:22	6	3:58	24	9:07	20.80	1:43:43	4:59	5	16:50	21	25:41