



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Bach, Christoph

Asociación: pingank.de
Dorsal: 600

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:47:49

velocidad: 11.58 km/h
rendimiento en carrera: 5:11 min/km

posición en el recorrido/Total: 35 (de 110)

posición en el recorrido/Men: 31 (de 92)

mejor tiempo del recorrido: 1:18:02

posición en la categoría: 7(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	Men				posición categoría	Men	Men	
vuelta 1	3.30	17:13	5:13	9	3:44	44	3.30	17:13	5:13	7	3:02	17	
vuelta 2	1.70	9:44	5:43	7	1:56	38	5.00	26:57	5:23	7	4:50	86	
vuelta 3	2.10	9:14	4:23	10	1:48	50	7.10	36:11	5:05	7	6:22	84	
vuelta 4	4.95	27:19	5:31	7	5:23	34	12.05	1:03:30	5:16	5	11:45	78	
vuelta 5	3.65	17:40	4:50	6	3:31	30	15.70	1:21:10	5:10	7	15:16	85	
vuelta 6	1.40	6:08	4:22	7	1:03	25	17.10	1:27:18	5:06	7	16:19	84	
última vuelta me	3.70	20:31	5:32	7	4:37	29	20.80	1:47:49	5:11	7	20:56	31	29:47