



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Ulbrich, Jens

Dorsal: 621

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 1:47:57

velocidad: 11.12 km/h
rendimiento en carrera: 5:11 min/km

posición en el recorrido/Total: 36 (de 110)

posición en el recorrido/Men: 32 (de 92)

mejor tiempo del recorrido: 1:18:02

posición en la categoría: 8(de 17)

mejor tiempo en la categoría: 1:31:28

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	17:12	5:12	8	3:09	43	4:38	3.30	17:12	5:12	11	85		
vuelta 2	1.70	9:40	5:41	7	1:44	34	2:34	5.00	26:52	5:22	11	85		
vuelta 3	2.10	9:00	4:17	7	1:29	40	2:08	7.10	35:52	5:03	11	83		
vuelta 4	4.95	27:42	5:35	9	5:20	45	7:32	12.05	1:03:34	5:16	10	80		
vuelta 5	3.65	18:08	4:58	8	3:02	36	5:19	15.70	1:21:42	5:12	11	84		
vuelta 6	1.40	6:10	4:24	6	0:46	28	1:52	17.10	1:27:52	5:08	11	83		
última vuelta me	3.70	20:05	5:25	6	1:16	26	9:20	20.80	1:47:57	5:11	8	16:29	32	29:55