



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