



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Rose, Joachim

Asociación: Pingpank.de
Dorsal: 537

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 1:48:20

velocidad: 11.08 km/h
rendimiento en carrera: 5:13 min/km

posición en el recorrido/Total: 38 (de 110)

posición en el recorrido/Men: 34 (de 92)

mejor tiempo del recorrido: 1:18:02

posición en la categoría: 6(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 1:33:56

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score					
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men
vuelta 1	3.30	17:11	5:12	7	2:41	42	4:37	3.30	17:11	5:12	14	83
vuelta 2	1.70	9:45	5:44	7	1:24	40	2:39	5.00	26:56	5:23	14	79
vuelta 3	2.10	9:27	4:29	9	1:57	56	2:35	7.10	36:23	5:07	14	81
vuelta 4	4.95	26:58	5:26	5	3:40	29	6:48	12.05	1:03:21	5:15	14	77
vuelta 5	3.65	17:48	4:52	5	2:07	31	4:59	15.70	1:21:09	5:10	13	10:48 82
vuelta 6	1.40	6:13	4:26	5	0:40	30	1:55	17.10	1:27:22	5:06	13	69
última vuelta me	3.70	20:58	5:39	7	10:13	35	10:13	20.80	1:48:20	5:12	6	14:24 34 30:18