



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Lutz, Rüdiger

Asociación: W98
Dorsal: 567

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 1:49:35

velocidad: 10.95 km/h
rendimiento en carrera: 5:16 min/km

posición en el recorrido/Total: 43 (de 110)
posición en el recorrido/Men: 38 (de 92)
mejor tiempo del recorrido: 1:18:02

posición en la categoría: 9(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		
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men
vuelta 1	3.30	17:13	5:13	9	3:10	44	3.30	17:13	5:13	1	-	17
vuelta 2	1.70	9:43	5:42	8	1:47	37	5.00	26:56	5:23	1	-	79
vuelta 3	2.10	9:26	4:29	10	1:55	55	7.10	36:22	5:07	1	-	77
vuelta 4	4.95	27:19	5:31	8	4:57	34	12.05	1:03:41	5:17	1	-	73
vuelta 5	3.65	18:12	4:59	9	3:06	37	15.70	1:21:53	5:12	1	-	78
vuelta 6	1.40	6:30	4:38	9	1:06	39	17.10	1:28:23	5:10	1	-	77
última vuelta me	3.70	21:12	5:43	9	2:23	37	20.80	1:49:35	5:16	9	18:07	38 31:33