



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Joppien, Niels

Asociación: Vegan Power
Dorsal: 545

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 1:51:47

velocidad: 11.16 km/h
rendimiento en carrera: 5:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 52 (de 110)
posición en el recorrido/Men: 44 (de 92)
mejor tiempo del recorrido: 1:18:02

posición en la categoría: 4(de 5)
mejor tiempo en la categoría: 1:28:53

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso			Total km	Total tiempo	Total posición	retraso			Total score	
				posición	retraso	Men				posición	retraso	Men		
vuelta 1	3.30	16:47	5:05	4	2:59	34	4:13	3.30	16:47	5:05	4	2:59	73	
vuelta 2	1.70	9:56	5:50	4	1:43	47	2:50	5.00	26:43	5:20	4	4:42	73	
vuelta 3	2.10	9:13	4:23	5	1:57	48	2:21	7.10	35:56	5:03	4	6:23	71	
vuelta 4	4.95	28:33	5:46	4	6:17	52	8:23	12.05	1:04:29	5:21	4	12:40	67	
vuelta 5	3.65	19:11	5:15	4	4:18	50	6:22	15.70	1:23:40	5:19	4	16:58	72	
vuelta 6	1.40	6:43	4:47	4	1:33	51	2:25	17.10	1:30:23	5:17	4	18:31	71	
última vuelta me	3.70	21:24	5:47	3	4:23	39	10:39	20.80	1:51:47	5:22	4	22:54	44	33:45