



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Huke, Dirk

Asociación: Hannover  
Dorsal: 555

recorrido: 20.80 km  
Halbmarathon

categoría:  
Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 1:53:01

velocidad: 10.62 km/h  
rendimiento en carrera: 5:26 min/km

posición en el recorrido/Total: 55 (de 110)

posición en el recorrido/Men: 46 (de 92)

mejor tiempo del recorrido: 1:18:02

posición en la categoría: 8(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 1:33:56

tiempos parciales

stage score

Total score

| control          | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapa<br>min/km | stage score           |                |                            | Total score |                 |                 |                       |                |                            |      |       |
|------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|----------------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|----------------------------|------|-------|
|                  |             |                 |                 | posición<br>categoría | retraso<br>Men | posición<br>retraso<br>Men | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | posición<br>categoría | retraso<br>Men | posición<br>retraso<br>Men |      |       |
| vuelta 1         | 3.30        | 17:47           | 5:23            | 9                     | 3:17           | 57                         | 5:13        | 3.30            | 17:47           | 5:23                  | 12             | 71                         |      |       |
| vuelta 2         | 1.70        | 9:52            | 5:48            | 9                     | 1:31           | 44                         | 2:46        | 5.00            | 27:39           | 5:31                  | 12             | 20                         |      |       |
| vuelta 3         | 2.10        | 9:35            | 4:33            | 11                    | 2:05           | 60                         | 2:43        | 7.10            | 37:14           | 5:14                  | 12             | 70                         | 0:36 |       |
| vuelta 4         | 4.95        | 28:11           | 5:41            | 9                     | 4:53           | 48                         | 8:01        | 12.05           | 1:05:25         | 5:25                  | 12             | 56                         |      |       |
| vuelta 5         | 3.65        | 18:58           | 5:11            | 8                     | 3:17           | 46                         | 6:09        | 15.70           | 1:24:23         | 5:22                  | 11             | 14:02                      | 48   |       |
| vuelta 6         | 1.40        | 6:32            | 4:40            | 8                     | 0:59           | 41                         | 2:14        | 17.10           | 1:30:55         | 5:19                  | 11             | 35                         |      |       |
| última vuelta me | 3.70        | 22:06           | 5:58            | 9                     | 11:21          | 52                         | 11:21       | 20.80           | 1:53:01         | 5:26                  | 8              | 19:05                      | 46   | 34:59 |