



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Heinze, Uwe

Asociación: LT SC Bad Münder
Dorsal: 610

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 1:53:27

velocidad: 10.58 km/h
rendimiento en carrera: 5:27 min/km

posición en el recorrido/Total: 56 (de 110)
posición en el recorrido/Men: 47 (de 92)
mejor tiempo del recorrido: 1:18:02

posición en la categoría: 9(de 18)
mejor tiempo en la categoría: 1:33:56

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score						
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men	
vuelta 1	3.30	18:46	5:41	13	4:16	67	6:12	3.30	18:46	5:41	11	0:29	36
vuelta 2	1.70	10:22	6:05	10	2:01	60	3:16	5.00	29:08	5:49	11	0:17	36
vuelta 3	2.10	9:08	4:20	8	1:38	43	2:16	7.10	38:16	5:23	11		23 1:38
vuelta 4	4.95	29:27	5:56	10	6:09	61	9:17	12.05	1:07:43	5:37	11		36
vuelta 5	3.65	18:44	5:07	7	3:03	43	5:55	15.70	1:26:27	5:30	10	16:06	36 0:31
vuelta 6	1.40	6:31	4:39	7	0:58	40	2:13	17.10	1:32:58	5:26	10		23
última vuelta me	3.70	20:29	5:32	5	9:44	28	9:44	20.80	1:53:27	5:27	9	19:31	47 35:25