



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Reif, Arne

Asociación: Bremen
Dorsal: 551

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 1:53:28

velocidad: 11.00 km/h
rendimiento en carrera: 5:28 min/km

posición en el recorrido/Total: 57 (de 110)
posición en el recorrido/Men: 48 (de 92)
mejor tiempo del recorrido: 1:18:02

posición en la categoría: 7(de 14)
mejor tiempo en la categoría: 1:18:02

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total score
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men	
vuelta 1	3.30	18:17	5:32	11	5:43	64	3.30	18:17	5:32	7	5:43	21	
vuelta 2	1.70	10:34	6:12	11	3:28	63	5.00	28:51	5:46	7	9:11	21	
vuelta 3	2.10	8:50	4:12	8	1:58	33	7.10	37:41	5:18	7	11:05	22	1:03
vuelta 4	4.95	28:43	5:48	9	8:33	53	12.05	1:06:24	5:30	5	19:38	23	
vuelta 5	3.65	19:26	5:19	9	6:37	56	15.70	1:25:50	5:28	7	26:14	22	
vuelta 6	1.40	6:42	4:47	9	2:24	48	17.10	1:32:32	5:24	7	28:38	22	
última vuelta me	3.70	20:56	5:39	7	6:48	34	20.80	1:53:28	5:27	7	35:26	48	35:26