



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Tielemann, Jens

Asociación: Lauftreff-Hannover.de  
Dorsal: 592

recorrido: 20.80 km  
Halbmarathon

categoría:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 1:57:39

velocidad: 10.20 km/h  
rendimiento en carrera: 5:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 69 (de 110)

posición en el recorrido/Men: 60 (de 92)

mejor tiempo del recorrido: 1:18:02

posición en la categoría: 12(de 17)

mejor tiempo en la categoría: 1:31:28

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso			Total km	Total tiempo	Total posición	retraso			
				posición	retraso	Men				posición	retraso	Men	
vuelta 1	3.30	18:01	5:27	11	3:58	61	3.30	18:01	5:27	7	0:48	11	
vuelta 2	1.70	10:35	6:13	14	2:39	65	5.00	28:36	5:43	7	1:40	11	
vuelta 3	2.10	9:22	4:27	9	1:51	54	7.10	37:58	5:20	7	1:36	10	1:20
vuelta 4	4.95	30:34	6:10	14	8:12	70	12.05	1:08:32	5:41	7	4:51	11	
vuelta 5	3.65	19:23	5:18	12	4:17	55	15.70	1:27:55	5:35	7	6:02	10	1:59
vuelta 6	1.40	6:50	4:52	12	1:26	55	17.10	1:34:45	5:32	7	6:22	10	1:45
última vuelta me	3.70	22:54	6:11	13	4:05	62	20.80	1:57:39	5:39	12	26:11	60	39:37