



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Winkler, Christoph

Asociación: Hannover  
Dorsal: 594

recorrido: 20.80 km  
Halbmarathon

categoría:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 1:57:46

velocidad: 10.19 km/h  
rendimiento en carrera: 5:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 70 (de 110)

posición en el recorrido/Men: 61 (de 92)

mejor tiempo del recorrido: 1:18:02

posición en la categoría: 10(de 14)

mejor tiempo en la categoría: 1:18:02

control	tiempos parciales							stage score							Total score		
	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	etapa categoría	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	Total categoría	retraso categoría	retraso Men	retraso Men			
vuelta 1	3.30	19:18	5:50	12	6:44	71	6:44	3.30	19:18	5:50	10	6:44	10	0:06			
vuelta 2	1.70	11:08	6:32	12	4:02	71	4:02	5.00	30:26	6:05	10	10:46	10	1:02			
vuelta 3	2.10	10:22	4:56	11	3:30	70	3:30	7.10	40:48	5:44	10	14:12	9	4:10			
vuelta 4	4.95	30:21	6:07	12	10:11	68	10:11	12.05	1:11:09	5:54	8	24:23	10	2:34			
vuelta 5	3.65	18:57	5:11	8	6:08	45	6:08	15.70	1:30:06	5:44	10	30:30	9	4:10			
vuelta 6	1.40	6:21	4:32	8	2:03	35	2:03	17.10	1:36:27	5:38	10	32:33	9	3:27			
última vuelta me	3.70	21:19	5:45	8	7:11	38	10:34	20.80	1:57:46	5:39	10	39:44	61	39:44			