



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Jäkel, Michael

Asociación: MTV Rethmar
Dorsal: 587

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 2:10:41

velocidad: 9.55 km/h
rendimiento en carrera: 6:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 88 (de 110)

posición en el recorrido/Men: 74 (de 92)

mejor tiempo del recorrido: 1:18:02

posición en la categoría: 13(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 1:33:56

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición retraso Men		
vuelta 1	3.30	18:16	5:32	11	3:46	63	5:42	3.30	18:16	5:32	7	43		
vuelta 2	1.70	11:02	6:29	12	2:41	69	3:56	5.00	29:18	5:51	7	0:27	43	
vuelta 3	2.10	11:14	5:20	16	3:44	82	4:22	7.10	40:32	5:42	7	2:13	41	3:54
vuelta 4	4.95	33:04	6:40	14	9:46	79	12:54	12.05	1:13:36	6:06	7	5:43	43	5:01
vuelta 5	3.65	23:08	6:20	14	7:27	82	10:19	15.70	1:36:44	6:09	6	26:23	42	10:48
vuelta 6	1.40	7:43	5:30	13	2:10	72	3:25	17.10	1:44:27	6:06	6	10:58	41	11:27
última vuelta me	3.70	26:14	7:05	16	15:29	77	15:29	20.80	2:10:41	6:16	13	36:45	74	52:39