



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Großheim, Uwe

Asociación: Hannover
Dorsal: 580

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 2:11:49

velocidad: 9.10 km/h
rendimiento en carrera: 6:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 91 (de 110)

posición en el recorrido/Men: 77 (de 92)

mejor tiempo del recorrido: 1:18:02

posición en la categoría: 14(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 Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
vuelta 1	3.30	16:25	4:58	5	1:55	29	3:51	3.30	16:25	4:58	6	40		
vuelta 2	1.70	9:50	5:47	8	1:29	43	2:44	5.00	26:15	5:15	6	40		
vuelta 3	2.10	8:54	4:14	7	1:24	36	2:02	7.10	35:09	4:57	6	38		
vuelta 4	4.95	27:38	5:34	7	4:20	43	7:28	12.05	1:02:47	5:12	6	40		
vuelta 5	3.65	34:52	9:33	18	19:11	92	22:03	15.70	1:37:39	6:13	5	27:18	39	11:43
vuelta 6	1.40	23:25	16:43	18	17:52	91	19:07	17.10	2:01:04	7:04	18	27:35	91	28:04
última vuelta me	3.70	10:45	2:54	1	-	1	-	20.80	2:11:49	6:20	14	37:53	77	53:47