



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Wohlstein, Ralf

Asociación: Barsinghausen  
Dorsal: 585

recorrido: 20.80 km  
Halbmarathon

categoría:  
Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 2:14:47

velocidad: 9.26 km/h  
rendimiento en carrera: 6:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 95 (de 110)

posición en el recorrido/Men: 81 (de 92)

mejor tiempo del recorrido: 1:18:02

posición en la categoría: 16(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	19:45	5:59	15	5:15	75	7:11	3.30	19:45	5:59	4	1:28	24	0:33
vuelta 2	1.70	11:33	6:47	14	3:12	76	4:27	5.00	31:18	6:15	4	2:27	13	1:54
vuelta 3	2.10	10:28	4:59	13	2:58	71	3:36	7.10	41:46	5:52	4	3:27	34	5:08
vuelta 4	4.95	34:37	6:59	16	11:19	82	14:27	12.05	1:16:23	6:20	4	8:30	24	7:48
vuelta 5	3.65	24:21	6:40	15	8:40	85	11:32	15.70	1:40:44	6:24	3	30:23	35	14:48
vuelta 6	1.40	8:30	6:04	15	2:57	80	4:12	17.10	1:49:14	6:23	4	15:45	24	16:14
última vuelta me	3.70	25:33	6:54	14	14:48	73	14:48	20.80	2:14:47	6:28	16	40:51	81	56:45