



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Welk, Rainer

Asociación: Volkswagen Hannover
Dorsal: 523

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 2:39:46

velocidad: 7.51 km/h
rendimiento en carrera: 7:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 103 (de 110)

posición en el recorrido/Men: 87 (de 92)

mejor tiempo del recorrido: 1:18:02

posición en la categoría: 17(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 1:33:56

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
vuelta 1	3.30	23:06	7:00	18	8:36	89	10:32	3.30	23:06	7:00	3	4:49	30	3:54
vuelta 2	1.70	14:03	8:15	18	5:42	89	6:57	5.00	37:09	7:25	3	8:18	30	7:45
vuelta 3	2.10	13:30	6:25	18	6:00	88	6:38	7.10	50:39	7:08	3	12:20	28	14:01
vuelta 4	4.95	39:48	8:02	17	16:30	88	19:38	12.05	1:30:27	7:30	3	22:34	30	21:52
vuelta 5	3.65	27:03	7:24	16	11:22	87	14:14	15.70	1:57:30	7:29	2	47:09	29	31:34
vuelta 6	1.40	10:03	7:10	17	4:30	88	5:45	17.10	2:07:33	7:27	3	34:04	29	34:33
última vuelta me	3.70	32:13	8:42	17	21:28	86	21:28	20.80	2:39:46	7:40	17	1:05:50	87	1:21:44