



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Grüne, Benjamin

Asociación: TSV Kirchdorf
Dorsal: 27

recorrido: 5.00 km
5 km-Lauf

categoría:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 20:01

velocidad: 14.99 km/h
rendimiento en carrera: 4:00 min/km

posición en el recorrido/Total: 3 (de 53)
posición en el recorrido/Men: 3 (de 25)
mejor tiempo del recorrido: 19:07

posición en la categoría: 1(de 3)
mejor tiempo en la categoría: 20:01

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score								
				posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men		
vuelta 1	3.30	13:28	4:04	1	-	3	0:11	3.30	13:28	4:04	1	-	23			
última vuelta me	1.70	6:33	3:51	1	-	5	0:50	5.00	20:01	4:00	1	-	3	0:54		