



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Crotiow, Martin

Asociación: Hannover 96
Dorsal: 166

recorrido: 9.70 km
10 km-Lauf

categoría:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 45:28

velocidad: 12.80 km/h
rendimiento en carrera: 4:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 5 (de 73)
posición en el recorrido/Men: 5 (de 49)
mejor tiempo del recorrido: 38:37

posición en la categoría: 3(de 9)
mejor tiempo en la categoría: 38:37

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score					
				retraso categoría	posición Men	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	posición Men	retraso Men
vuelta 1	3.30	17:48	5:23	3	2:33	5	2:33	3.30	17:48	5:23	3	2:33	29
vuelta 2	1.70	9:04	5:19	3	1:26	5	1:26	5.00	26:52	5:22	3	3:59	29
vuelta 3	2.10	8:03	3:50	3	1:10	5	1:10	7.10	34:55	4:55	3	5:07	29
última vuelta me	2.60	10:33	4:03	3	1:44	6	1:44	9.70	45:28	4:41	3	6:51	5 6:51