



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Oppermann, Detlef

Asociación: Post SV Lehrte
Dorsal: 113

recorrido: 9.70 km
10 km-Lauf

categoría:
Senioren M60 (60-64 Jahre)

tiempo total: 47:34

velocidad: 11.35 km/h
rendimiento en carrera: 4:54 min/km

posición en el recorrido/Total: 11 (de 73)
posición en el recorrido/Men: 9 (de 49)
mejor tiempo del recorrido: 38:37

posición en la categoría: 1(de 4)
mejor tiempo en la categoría: 47:34

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
vuelta 1	3.30	18:25	5:34	1	-	7	3:10	3.30	18:25	5:34	1	-	33
vuelta 2	1.70	10:06	5:56	2	0:01	14	2:28	5.00	28:31	5:42	1	-	33
vuelta 3	2.10	8:00	3:48	1	-	4	1:07	7.10	36:31	5:08	1	-	33
última vuelta me	2.60	11:03	4:15	1	-	9	2:14	9.70	47:34	4:54	1	-	9 8:57