



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Föhr, Silas

Dorsal: 181

recorrido: 9.70 km  
10 km-Lauf

categoría:  
männliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

tiempo total: 50:11

velocidad: 11.60 km/h  
rendimiento en carrera: 5:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 21 (de 73)  
posición en el recorrido/Men: 16 (de 49)  
mejor tiempo del recorrido: 38:37

posición en la categoría: 2(de 2)  
mejor tiempo en la categoría: 39:47

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	19:50	6:00	2	4:35	20	4:35	3.30	19:50	6:00	2	4:35	40	
vuelta 2	1.70	10:21	6:05	2	2:27	20	2:43	5.00	30:11	6:02	2	7:02	40	
vuelta 3	2.10	8:35	4:05	2	1:08	13	1:42	7.10	38:46	5:27	2	8:10	40	
última vuelta me	2.60	11:25	4:23	2	2:14	16	2:36	9.70	50:11	5:10	2	10:24	16	11:34