



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Kramer, Manfred

Asociación: TSV Barsinghausen
Dorsal: 176

recorrido: 9.70 km
10 km-Lauf

categoría:
Senioren M70 (70-74 Jahre)

tiempo total: 50:36

velocidad: 10.67 km/h
rendimiento en carrera: 5:13 min/km

posición en el recorrido/Total: 23 (de 73)
posición en el recorrido/Men: 18 (de 49)
mejor tiempo del recorrido: 38:37

posición en la categoría: 1(de 2)
mejor tiempo en la categoría: 50:36

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	posición		retraso	
				categoría	Men	categoría	Men				categoría	Men		
vuelta 1	3.30	19:48	6:00	1	-	19	4:33	3.30	19:48	6:00	1	-	42	
vuelta 2	1.70	9:43	5:42	1	-	9	2:05	5.00	29:31	5:54	1	-	39	
vuelta 3	2.10	8:57	4:15	1	-	17	2:04	7.10	38:28	5:25	1	-	42	
última vuelta me	2.60	12:08	4:39	1	-	24	3:19	9.70	50:36	5:12	1	-	18	11:59