



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Grethe, Michael

Asociación: DJK Sparta Langenhagen  
Dorsal: 141

recorrido: 9.70 km  
10 km-Lauf

categoría:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 51:04

velocidad: 10.57 km/h  
rendimiento en carrera: 5:16 min/km

posición en el recorrido/Total: 26 (de 73)  
posición en el recorrido/Men: 21 (de 49)  
mejor tiempo del recorrido: 38:37

posición en la categoría: 2(de 3)  
mejor tiempo en la categoría: 48:39

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso			
vuelta 1	3.30	19:25	5:53	2	0:53	12	4:10	3.30	19:25	5:53	2	0:53	45	
vuelta 2	1.70	10:55	6:25	3	0:38	26	3:17	5.00	30:20	6:03	2	1:31	45	
vuelta 3	2.10	9:09	4:21	2	0:42	19	2:16	7.10	39:29	5:33	2	2:13	45	
última vuelta me	2.60	11:35	4:27	2	0:12	19	2:46	9.70	51:04	5:15	2	2:25	21	12:27