



11. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 28.09.2014

evaluación detallada

Lange, Michael

Dorsal: 357

recorrido: 9.70 km  
10 km-Lauf

categoría:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 58:27

velocidad: 9.24 km/h  
rendimiento en carrera: 6:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 43 (de 51)  
posición en el recorrido/Men: 34 (de 39)  
mejor tiempo del recorrido: 34:28

posición en la categoría: 1(de 1)  
mejor tiempo en la categoría: 58:27

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso Men	posición categoría	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men		
vuelta 1	3.30	17:29	5:17	1	-	17	4:47	3.30	17:29	5:17	1	-	2	
vuelta 2	1.70	10:06	5:56	1	-	22	3:09	5.00	27:35	5:30	1	-	15	
vuelta 3	2.10	10:10	4:50	1	-	28	3:44	7.10	37:45	5:19	1	-	15	
última vuelta me	2.60	20:42	7:57	1	-	39	12:19	9.70	58:27	6:01	1	-	34	23:59