



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

evaluación detallada

Roehl, Jan

Asociación: TSV Barsinghausen Triathlon
Dorsal: 796

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 1:36:06

velocidad: 12.49 km/h
rendimiento en carrera: 4:37 min/km

posición en el recorrido/Total: 24 (de 93)
posición en el recorrido/Men: 22 (de 81)
mejor tiempo del recorrido: 1:13:11

posición en la categoría: 5(de 17)
mejor tiempo en la categoría: 1:25:28

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapa posición | retraso | | | Total km | Total tiempo | Total posición | retraso | | | | |
|------------------|-------------|-----------------|-------------------|----------|---------|-----|-------------|-----------------|-------------------|----------|---------|-------|----|-------|
| | | | | posición | retraso | Men | | | | posición | retraso | Men | | |
| vuelta 1 | 3.30 | 14:51 | 4:30 | 4 | 1:10 | 15 | 2:34 | 3.30 | 14:51 | 4:30 | 14 | 81 | | |
| vuelta 2 | 1.70 | 8:23 | 4:55 | 4 | 0:28 | 15 | 1:43 | 5.00 | 23:14 | 4:38 | 14 | 51 | | |
| vuelta 3 | 2.10 | 8:03 | 3:50 | 5 | 0:45 | 16 | 1:39 | 7.10 | 31:17 | 4:24 | 14 | 51 | | |
| vuelta 4 | 4.95 | 24:59 | 5:02 | 4 | 1:54 | 20 | 5:41 | 12.05 | 56:16 | 4:40 | 14 | 81 | | |
| vuelta 5 | 3.65 | 17:06 | 4:41 | 7 | 2:23 | 26 | 4:27 | 15.70 | 1:13:22 | 4:40 | 14 | 81 | | |
| vuelta 6 | 1.40 | 6:05 | 4:20 | 7 | 0:56 | 23 | 1:33 | 17.10 | 1:19:27 | 4:38 | 14 | 81 | | |
| última vuelta me | 3.70 | 16:39 | 4:29 | 12 | 4:21 | 46 | 5:18 | 20.80 | 1:36:06 | 4:37 | 5 | 10:38 | 22 | 22:55 |