



11. Deisterberglauf
Barsinghausen / 28.09.2014

evaluación detallada

Fabig, Stephan

Asociación: Hannover 96 Triathlon
Dorsal: 792

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:38:31

velocidad: 12.18 km/h
rendimiento en carrera: 4:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 30 (de 93)
posición en el recorrido/Men: 28 (de 81)
mejor tiempo del recorrido: 1:13:11

posición en la categoría: 6(de 19)
mejor tiempo en la categoría: 1:25:05

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 | 16:18 | 4:56 | 7 | 2:16 | 30 | 4:01 | 3.30 | 16:18 | 4:56 | 15 | 65 | | |
| vuelta 2 | 1.70 | 9:06 | 5:21 | 7 | 1:02 | 33 | 2:26 | 5.00 | 25:24 | 5:04 | 15 | 75 | | |
| vuelta 3 | 2.10 | 8:43 | 4:09 | 8 | 1:29 | 30 | 2:19 | 7.10 | 34:07 | 4:48 | 15 | 75 | | |
| vuelta 4 | 4.95 | 26:26 | 5:20 | 7 | 3:47 | 29 | 7:08 | 12.05 | 1:00:33 | 5:01 | 15 | 75 | | |
| vuelta 5 | 3.65 | 16:56 | 4:38 | 6 | 2:36 | 23 | 4:17 | 15.70 | 1:17:29 | 4:56 | 15 | 75 | | |
| vuelta 6 | 1.40 | 6:09 | 4:23 | 6 | 1:01 | 25 | 1:37 | 17.10 | 1:23:38 | 4:53 | 15 | 75 | | |
| última vuelta me | 3.70 | 14:53 | 4:01 | 7 | 2:22 | 24 | 3:32 | 20.80 | 1:38:31 | 4:44 | 6 | 13:26 | 28 | 25:20 |