



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

evaluación detallada

Kundrus, Martin

Asociación: TSV Barsingausen
Dorsal: 730

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:47:00

velocidad: 11.21 km/h
rendimiento en carrera: 5:08 min/km

posición en el recorrido/Total: 47 (de 93)
posición en el recorrido/Men: 43 (de 81)
mejor tiempo del recorrido: 1:13:11

posición en la categoría: 10(de 19)
mejor tiempo en la categoría: 1:25:05

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición retraso			Total							
				categoría	Men	Men	km	tiempo	min/km					
vuelta 1	3.30	16:30	5:00	8	2:28	35	4:13	3.30	16:30	5:00	1	-	20	
vuelta 2	1.70	9:36	5:38	10	1:32	42	2:56	5.00	26:06	5:13	1	-	20	
vuelta 3	2.10	10:01	4:46	15	2:47	56	3:37	7.10	36:07	5:05	1	-	20	
vuelta 4	4.95	28:50	5:49	10	6:11	45	9:32	12.05	1:04:57	5:23	1	-	20	
vuelta 5	3.65	19:09	5:14	11	4:49	46	6:30	15.70	1:24:06	5:21	1	-	20	
vuelta 6	1.40	6:38	4:44	10	1:30	44	2:06	17.10	1:30:44	5:18	1	-	20	
última vuelta me	3.70	16:16	4:23	9	3:45	41	4:55	20.80	1:47:00	5:08	10	21:55	43	33:49