



11. Deisterberglauf
Barsinghausen / 28.09.2014

evaluación detallada

Modrow, Gerd

Asociación: VHV Versicherungen
Dorsal: 737

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 1:55:30

velocidad: 10.39 km/h
rendimiento en carrera: 5:33 min/km

posición en el recorrido/Total: 62 (de 93)
posición en el recorrido/Men: 55 (de 81)
mejor tiempo del recorrido: 1:13:11

posición en la categoría: 4(de 10)
mejor tiempo en la categoría: 1:31:30

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				retraso	posición	retraso			
vuelta 1	3.30	19:13	5:49	7	4:40	60	6:56	3.30	19:13	5:49	4	4:40	8	
vuelta 2	1.70	10:36	6:14	5	2:08	55	3:56	5.00	29:49	5:57	4	6:48	8	
vuelta 3	2.10	9:33	4:32	4	1:42	45	3:09	7.10	39:22	5:32	4	8:30	8	
vuelta 4	4.95	30:33	6:10	4	5:53	54	11:15	12.05	1:09:55	5:48	4	14:23	8	
vuelta 5	3.65	20:58	5:44	4	4:55	61	8:19	15.70	1:30:53	5:47	4	19:18	8	1:03
vuelta 6	1.40	7:20	5:14	7	1:30	61	2:48	17.10	1:38:13	5:44	4	20:48	8	1:33
última vuelta me	3.70	17:17	4:40	4	3:12	51	5:56	20.80	1:55:30	5:33	4	24:00	55	42:19