



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

evaluación detallada

Siegel, Kai

Asociación: Team ERDINGER Alkoholfrei
Dorsal: 756

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 2:02:47

velocidad: 9.77 km/h
rendimiento en carrera: 5:54 min/km

posición en el recorrido/Total: 76 (de 93)
posición en el recorrido/Men: 67 (de 81)
mejor tiempo del recorrido: 1:13:11

posición en la categoría: 7(de 10)
mejor tiempo en la categoría: 1:31:30

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men	Total Men
				retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso		
vuelta 1	3.30	19:45	5:59	8	5:12	69	3.30	19:45	5:59	7	5:12	6	0:30	
vuelta 2	1.70	10:57	6:26	8	2:29	65	5.00	30:42	6:08	7	7:41	37	0:50	
vuelta 3	2.10	10:54	5:11	8	3:03	67	7.10	41:36	5:51	7	10:44	37	0:50	
vuelta 4	4.95	34:01	6:52	8	9:21	72	12.05	1:15:37	6:16	7	20:05	37	5:15	
vuelta 5	3.65	21:28	5:52	7	5:25	66	15.70	1:37:05	6:11	7	25:30	37	7:15	
vuelta 6	1.40	7:06	5:04	4	1:16	51	17.10	1:44:11	6:05	7	26:46	37	7:31	
última vuelta me	3.70	18:36	5:01	6	4:31	65	20.80	2:02:47	5:54	7	31:17	67	49:36	