



11. Deisterberglauf
Barsinghausen / 28.09.2014

evaluación detallada

Jäkel, Michael

Asociación: MTV Rethmar
Dorsal: 723

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 2:11:32

velocidad: 9.12 km/h
rendimiento en carrera: 6:19 min/km

posición en el recorrido/Total: 85 (de 93)
posición en el recorrido/Men: 74 (de 81)
mejor tiempo del recorrido: 1:13:11

posición en la categoría: 9(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	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	posición				retraso	posición	retraso	posición	retraso
vuelta 1	3.30	19:05	5:46	6	4:32	58	6:48	3.30	19:05	5:46	9	4:32	30	
vuelta 2	1.70	10:56	6:25	7	2:28	64	4:16	5.00	30:01	6:00	9	7:00	30	0:09
vuelta 3	2.10	11:54	5:40	10	4:03	77	5:30	7.10	41:55	5:54	9	11:03	30	1:09
vuelta 4	4.95	33:59	6:51	7	9:19	71	14:41	12.05	1:15:54	6:17	9	20:22	30	5:32
vuelta 5	3.65	24:25	6:41	9	8:22	77	11:46	15.70	1:40:19	6:23	9	28:44	30	10:29
vuelta 6	1.40	9:03	6:27	8	3:13	76	4:31	17.10	1:49:22	6:23	9	31:57	30	12:42
última vuelta me	3.70	22:10	5:59	9	8:05	78	10:49	20.80	2:11:32	6:19	9	40:02	74	58:21