



11. Deisterberglauf
Barsinghausen / 28.09.2014

evaluación detallada

Frömberg, Bernd

Asociación: Barsinghausen
Dorsal: 307

recorrido: 9.70 km
10 km-Lauf

categoría:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 44:02

velocidad: 12.26 km/h
rendimiento en carrera: 4:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 9 (de 51)
posición en el recorrido/Men: 7 (de 39)
mejor tiempo del recorrido: 34:28

posición en la categoría: 3(de 8)
mejor tiempo en la categoría: 38:35

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	retraso categoría	retraso Men			
vuelta 1	3.30	15:12	4:36	3	1:10	7	2:30	3.30	15:12	4:36	3	1:10	27	
vuelta 2	1.70	8:34	5:02	2	0:33	4	1:37	5.00	23:46	4:45	3	1:43	27	
vuelta 3	2.10	9:06	4:19	5	1:58	21	2:40	7.10	32:52	4:37	3	3:41	27	
última vuelta me	2.60	11:10	4:17	3	1:46	10	2:47	9.70	44:02	4:32	3	5:27	7	9:34