



11. Deisterberglauf
Barsinghausen / 28.09.2014

evaluación detallada

Zenfeley, Frank

Asociación: Dets Friends
Dorsal: 354

recorrido: 9.70 km
10 km-Lauf

categoría:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 44:30

velocidad: 13.08 km/h
rendimiento en carrera: 4:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 10 (de 51)
posición en el recorrido/Men: 8 (de 39)
mejor tiempo del recorrido: 34:28

posición en la categoría: 2(de 13)
mejor tiempo en la categoría: 42:28

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total score
				posición	posición	retraso				posición	posición	retraso	
				categoría	categoría	Men				categoría	categoría	Men	Men
vuelta 1	3.30	16:04	4:52	2	0:56	11	3.30	16:04	4:52	2	0:56	28	
vuelta 2	1.70	9:09	5:22	2	0:12	8	5.00	25:13	5:02	2	1:08	28	
vuelta 3	2.10	8:27	4:01	3	0:33	10	7.10	33:40	4:44	2	1:41	28	
última vuelta me	2.60	10:50	4:10	2	0:21	6	9.70	44:30	4:35	2	2:02	8	10:02