



11. Deisterberglauf
Barsinghausen / 28.09.2014

evaluación detallada

Redenius, Fokko

Asociación: Spvg Nds. Döhren Hannover
Dorsal: 324

recorrido: 9.70 km
10 km-Lauf

categoría:
Senioren M65 (65-69 Jahre)

tiempo total: 46:35

velocidad: 11.59 km/h
rendimiento en carrera: 4:48 min/km

posición en el recorrido/Total: 17 (de 51)
posición en el recorrido/Men: 14 (de 39)
mejor tiempo del recorrido: 34:28

posición en la categoría: 1(de 1)
mejor tiempo en la categoría: 46:35

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score						
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men	
vuelta 1	3.30	16:41	5:03	1	-	14	3:59	3.30	16:41	5:03	1	-	34
vuelta 2	1.70	9:35	5:38	1	-	12	2:38	5.00	26:16	5:15	1	-	34
vuelta 3	2.10	8:29	4:02	1	-	11	2:03	7.10	34:45	4:53	1	-	34
última vuelta me	2.60	11:50	4:33	1	-	17	3:27	9.70	46:35	4:48	1	-	14 12:07