



11. Deisterberglauf
Barsinghausen / 28.09.2014

evaluación detallada

Saßen, Christoph

Asociación: Hannover
Dorsal: 327

recorrido: 9.70 km
10 km-Lauf

categoría:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 47:23

velocidad: 11.40 km/h
rendimiento en carrera: 4:53 min/km

posición en el recorrido/Total: 20 (de 51)
posición en el recorrido/Men: 17 (de 39)
mejor tiempo del recorrido: 34:28

posición en la categoría: 2(de 4)
mejor tiempo en la categoría: 41:35

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso			
vuelta 1	3.30	17:29	5:17	2	2:56	17	4:47	3.30	17:29	5:17	2	2:56	2	
vuelta 2	1.70	9:43	5:42	2	1:05	14	2:46	5.00	27:12	5:26	2	4:01	36	
vuelta 3	2.10	8:44	4:09	2	0:44	15	2:18	7.10	35:56	5:03	2	4:45	37	
última vuelta me	2.60	11:27	4:24	2	1:03	14	3:04	9.70	47:23	4:53	2	5:48	17	12:55