



11. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 28.09.2014

evaluación detallada

Jankowsky, Dirk

Asociación: SVE Hiddestorf  
Dorsal: 352

recorrido: 9.70 km  
10 km-Lauf

categoría:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 51:38

velocidad: 10.46 km/h  
rendimiento en carrera: 5:19 min/km

posición en el recorrido/Total: 29 (de 51)  
posición en el recorrido/Men: 23 (de 39)  
mejor tiempo del recorrido: 34:28

posición en la categoría: 9(de 13)  
mejor tiempo en la categoría: 42:28

tiempos parciales

stage score

Total score

| control          | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapaposisió<br>min/km | retraso  |           |     | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | retraso  |           |     | Total<br>Men |
|------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------|-----------|-----|-------------|-----------------|-----------------|----------|-----------|-----|--------------|
|                  |             |                 |                        | posición | categoría | Men |             |                 |                 | posición | categoría | Men |              |
| vuelta 1         | 3.30        | 18:32           | 5:36                   | 9        | 3:24      | 24  | 3.30        | 18:32           | 5:36            | 9        | 3:24      | 4   |              |
| vuelta 2         | 1.70        | 9:49            | 5:46                   | 5        | 0:52      | 17  | 5.00        | 28:21           | 5:40            | 9        | 4:16      | 4   |              |
| vuelta 3         | 2.10        | 10:09           | 4:49                   | 10       | 2:15      | 27  | 7.10        | 38:30           | 5:25            | 9        | 6:31      | 4   |              |
| última vuelta me | 2.60        | 13:08           | 5:03                   | 10       | 2:39      | 27  | 9.70        | 51:38           | 5:19            | 9        | 9:10      | 23  | 17:10        |