

Josef Vondra

30. 09. 2023

Čas

45:19

Tempo

04:32/km

Celkové pořadí

42. místo

8. místo · M45-54

Cena Metuje 10 km



To nejdůležitější



5. dokončení

Ocenění



Věrnost závodu
5. účast



Dokončený ročník
2023

Podrobnosti výkonu

Josef Vondra · Cena Metuje · 2023

Údaje o výkonu

Datum
 **30. 09. 2023**

Převýšení
 **78 m**

Pořadí v kategorii
 **8. místo**

Stav
 **Dokončeno**

Trasa
 **Cena Metuje 10 km**

Tempo
 **04:32/km**

Klub
SK Týniště nad Orlicí, z.s.

Vzdálenost
 **10 km**

Kategorie
 **M45-54**

Rok narození
1971

Srovnání v ročníku závodu

Ztráta na pódium

09:14

Ztráta na předchozího

00:06

Porovnání na trase

230. z 479 · nejlepších 49 %

Osobní vývoj na trase

Měřený pokus

5. z 5

Osobní rekord

44:07

Proti osobnímu rekordu

o 01:12 pomalejší

Proti předchozímu pokusu

o 01:12 pomalejší

Osobní medián

44:55

Proti osobnímu mediánu

o 00:24 pomalejší

Vývoj tempa

Tempo všech veřejných měřených pokusů na této přesné trase

