

Pamětní list

Běh okolo Ostaše

2016

15

Jirka Jan

16. 10. 2016

Čas

51:58

Tempo

04:09/km

Celkové pořadí

15. místo

9. místo · M19-39

Běh okolo Ostaše - Hlavní trať - 12,5 km



To nejdůležitější



Osobák

Ocenění



Věrnost závodu
3. účast



Dokončený ročník
2016

Podrobnosti výkonu

Jirka Jan · Běh okolo Ostaše · 2016

Údaje o výkonu



Datum

16. 10. 2016



Trasa

Běh okolo Ostaše - Hlavní trať - 12,5 km



Vzdálenost

12,5 km



Převýšení

374 m



Tempo

04:09/km



Kategorie

M19-39



Pořadí v kategorii

9. místo

Klub

AC Náchod

Rok narození

1983



Stav

Dokončeno

Srovnání v ročníku závodu

Ztráta na pódium

04:34

Ztráta na předchozího

00:08

Porovnání na trase

48. z 265 · nejlepších 19 %

Osobní vývoj na trase

Měřený pokus

3. z 8

Osobní rekord

51:58

Proti osobnímu rekordu

Osobní rekord

Proti předchozímu pokusu

o 02:28 rychlejší

Osobní medián

56:18

Proti osobnímu mediánu

o 04:20 rychlejší

Vývoj tempa

Tempo všech veřejných měřených pokusů na této přesné trase

