

Jirka Jan

20. 10. 2019

Čas

55:27

Tempo

04:26/km

Celkové pořadí

20. místo

12. místo · M18-39

Běh okolo Ostaše - Hlavní trať - 12,5 km



To nejdůležitější



5. dokončení

Ocenění



Věrnost závodu
5. účast



Dokončený ročník
2019

Podrobnosti výkonu

Jirka Jan · Běh okolo Ostaše · 2019

Údaje o výkonu



Datum

20. 10. 2019



Trasa

Běh okolo Ostaše - Hlavní trať - 12,5 km



Vzdálenost

12,5 km



Převýšení

374 m



Tempo

04:26/km



Kategorie

M18-39



Pořadí v kategorii

12. místo

Klub

AC Náchod

Rok narození

1983



Stav

Dokončeno

Srovnání v ročníku závodu

Ztráta na pódium

09:44

Ztráta na předchozího

00:04

Porovnání na trase

95. z 265 · nejlepších 36 %

Osobní vývoj na trase

Měřený pokus

5. z 8

Osobní rekord

51:58

Proti osobnímu rekordu

o 03:29 pomalejší

Proti předchozímu pokusu

o 02:19 pomalejší

Osobní medián

56:18

Proti osobnímu mediánu

o 00:51 rychlejší

Vývoj tempa

Tempo všech veřejných měřených pokusů na této přesné trase

