

Pamětní list

Běh okolo Ostaše

2023

8

Polonský Tomáš

15. 10. 2023

Čas

53:06

Tempo

04:15/km

Celkové pořadí

8. místo

4. místo · M18-39

Běh okolo Ostaše - Hlavní trať - 12,5 km



To nejdůležitější



5. dokončení

Ocenění



Věrnost závodu
5. účast



Dokončený ročník
2023

Podrobnosti výkonu

Polonský Tomáš · Běh okolo Ostaše · 2023

Údaje o výkonu

 Datum
15. 10. 2023

 Převýšení
374 m

 Pořadí v kategorii
4. místo

 Stav
Dokončeno

 Trasa
Běh okolo Ostaše - Hlavní trať - 12,5 km

 Tempo
04:15/km

Klub
Vrchlabí

 Vzdálenost
12,5 km

 Kategorie
M18-39

Rok narození
1984

Srovnání v ročníku závodu

Ztráta na pódium

02:50

Ztráta na předchozího

00:14

Porovnání na trase

60. z 265 · nejlepších 23 %

Osobní vývoj na trase

Měřený pokus

5. z 5

Osobní rekord

50:04

Proti osobnímu rekordu

o 03:02 pomalejší

Proti předchozímu pokusu

o 00:38 pomalejší

Osobní medián

52:28

Proti osobnímu mediánu

o 00:38 pomalejší

Vývoj tempa

Tempo všech veřejných měřených pokusů na této přesné trase

