

Pamětní list

Běh okolo Ostaše

2023

4

Beran Jan

15. 10. 2023

Čas

50:24

Tempo

04:02/km

Celkové pořadí

4. místo

2. místo · M40-49

Běh okolo Ostaše - Hlavní trať - 12,5 km



Ocenění



Dokončený ročník
2023

Podrobnosti výkonu

Beran Jan · Běh okolo Ostaše · 2023

Údaje o výkonu

Datum	Trasa	Vzdálenost
 15. 10. 2023	 Běh okolo Ostaše - Hlavní trať - 12,5 km	 12,5 km
Převýšení	Tempo	Kategorie
 374 m	 04:02/km	 M40-49
Pořadí v kategorii	Klub	Rok narození
 2. místo	SKI Police nad Metují	1983
Stav		
 Dokončeno		

Srovnání v ročníku závodu

Ztráta na pódium

00:08

Porovnání na trase

29. z 265 · nejlepších 11 %

Osobní vývoj na trase

Měřený pokus

9. z 11

Osobní rekord

48:00

Proti osobnímu rekordu

o 02:24 pomalejší

Proti předchozímu pokusu

o 01:02 rychlejší

Osobní medián

49:35

Proti osobnímu mediánu

o 00:49 pomalejší

Vývoj tempa

Tempo všech veřejných měřených pokusů na této přesné trase

