

Pamětní list

# Běh pro Hospic

2023

24

## Jan Friede

16. 09. 2023

Čas

**40:43**

Tempo

**04:04/km**

Celkové pořadí

**24. místo**

22. místo · MOPEN

### Běh pro Hospic 10 km



#### To nejdůležitější



**5. dokončení**

#### Ocenění



**Věrnost závodu**  
5. účast



**Dokončený ročník**  
2023

# Podrobnosti výkonu

Jan Friede · Běh pro Hospic · 2023

## Údaje o výkonu

 Datum  
**16. 09. 2023**

 Převýšení  
**149 m**

 Pořadí v kategorii  
**22. místo**

 Stav  
**Dokončeno**

 Trasa  
**Běh pro Hospic 10 km**

 Tempo  
**04:04/km**

Klub  
**Terova Bezděkov nad Metují**

 Vzdálenost  
**10 km**

 Kategorie  
**MOPEN**

Rok narození  
**1977**

## Srovnání v ročníku závodu

Ztráta na pódium

**07:06**

Ztráta na předchozího

**00:02**

Porovnání na trase

**123. z 731 · nejlepších 17 %**

## Osobní vývoj na trase

Měřený pokus

**5. z 8**

Osobní rekord

**37:39**

Proti osobnímu rekordu

**o 03:04 pomalejší**

Proti předchozímu pokusu

**o 02:06 pomalejší**

Osobní medián

**42:11**

Proti osobnímu mediánu

**o 01:28 rychlejší**

### Vývoj tempa

Tempo všech veřejných měřených pokusů na této přesné trase

