

Pamětní list

Běh pro Hospic

2023

77

Zdeňka Jonášová

16. 09. 2023

Čas

51:06

Tempo

05:07/km

Celkové pořadí

77. místo

20. místo · ZOPEN

Běh pro Hospic 10 km



To nejdůležitější



5. dokončení

Ocenění



Věrnost závodu
5. účast



Dokončený ročník
2023

Podrobnosti výkonu

Zdeňka Jonášová · Běh pro Hospic · 2023

Údaje o výkonu

 Datum
16. 09. 2023

 Převýšení
149 m

 Pořadí v kategorii
20. místo

 Stav
Dokončeno

 Trasa
Běh pro Hospic 10 km

 Tempo
05:07/km

Klub
Hradecký spinning klub

 Vzdálenost
10 km

 Kategorie
ZOPEN

Rok narození
1964

Srovnání v ročníku závodu

Ztráta na pódium

17:29

Ztráta na předchozího

00:09

Porovnání na trase

494. z 731 · nejlepších 68 %

Osobní vývoj na trase

Měřený pokus

5. z 8

Osobní rekord

46:58

Proti osobnímu rekordu

o 04:08 pomalejší

Proti předchozímu pokusu

o 01:34 rychlejší

Osobní medián

52:02

Proti osobnímu mediánu

o 00:56 rychlejší

Vývoj tempa

Tempo všech veřejných měřených pokusů na této přesné trase

