

Pamětní list

Běh pro Hospic

2019

108

Jan Poláček

21. 09. 2019

Čas

50:17

Tempo

05:02/km

Celkové pořadí

108. místo

85. místo · MOPEN

Běh pro Hospic 10 km



To nejdůležitější



Osobák

Ocenění



Věrnost závodu
3. účast



Dokončený ročník
2019

Podrobnosti výkonu

Jan Poláček · Běh pro Hospic · 2019

Údaje o výkonu

Datum  21. 09. 2019	Trasa  Běh pro Hospic 10 km	Vzdálenost  10 km
Převýšení  149 m	Tempo  05:02/km	Kategorie  MOPEN
Pořadí v kategorii  85. místo	Klub NÁCHOD	Rok narození 1968
Stav  Dokončeno		

Srovnání v ročníku závodu

Ztráta na pódium

18:07

Ztráta na předchozího

00:23

Porovnání na trase

458. z 731 · nejlepších 63 %

Osobní vývoj na trase

Měřený pokus

2. z 8

Osobní rekord

50:17

Proti osobnímu rekordu

Osobní rekord

Proti předchozímu pokusu

o 00:21 rychlejší

Osobní medián

55:50

Proti osobnímu mediánu

o 05:33 rychlejší

Vývoj tempa

Tempo všech veřejných měřených pokusů na této přesné trase

