

Miroslav Ječmínek

21. 10. 2023

Čas

45:52

Tempo

05:11/km

Celkové pořadí

241. místo

21. místo · M55-64

Běh Hronov - Náchod 8,85 km



To nejdůležitější



5. dokončení

Ocenění



Věrnost závodu
5. účast



Dokončený ročník
2023

Podrobnosti výkonu

Miroslav Ječmínek · Běh Hronov - Náchod · 2023

Údaje o výkonu

Datum  21. 10. 2023	Trasa  Běh Hronov - Náchod 8,85 km	Vzdálenost  8,85 km
Převýšení  85 m	Tempo  05:11/km	Kategorie  M55-64
Pořadí v kategorii  21. místo	Klub běháme rádi	Rok narození 1965
Stav  Dokončeno		

Srovnání v ročníku závodu

Ztráta na pódium

18:02

Ztráta na předchozího

00:05

Porovnání na trase

1198. z 2291 · nejlepších 53 %

Osobní vývoj na trase

Měřený pokus

5. z 6

Osobní rekord

42:27

Proti osobnímu rekordu

o 03:25 pomalejší

Proti předchozímu pokusu

o 01:16 rychlejší

Osobní medián

47:45

Proti osobnímu mediánu

o 01:53 rychlejší

Vývoj tempa

Tempo všech veřejných měřených pokusů na této přesné trase

