

Pamětní list

# Běh Koutem

2010

38

## Josef Růžička

31. 03. 2010

Čas

**26:03**

Tempo

**05:13/km**

Celkové pořadí

**38. místo**

2. místo · M70+

### Běh Koutem 5 km



#### To nejdůležitější



**5. dokončení**

#### Ocenění



**Věrnost závodu**  
5. účast



**Dokončený ročník**  
2010

# Podrobnosti výkonu

Josef Růžička · Běh Koutem · 2010

## Údaje o výkonu

 Datum  
**31. 03. 2010**

 Převýšení  
**127 m**

 Pořadí v kategorii  
**2. místo**

 Trasa  
**Běh Koutem 5 km**

 Tempo  
**05:13/km**

Rok narození  
**1939**

 Vzdálenost  
**5 km**

 Kategorie  
**M70+**

 Stav  
**Dokončeno**

## Srovnání v ročníku závodu

Ztráta na pódium

**08:53**

Ztráta na předchozího

**01:37**

Porovnání na trase

**337. z 356 · nejlepších 95 %**

## Osobní vývoj na trase

Měřený pokus

**5. z 5**

Osobní rekord

**19:46**

Proti osobnímu rekordu

**o 06:17 pomalejší**

Proti předchozímu pokusu

**o 04:20 pomalejší**

Osobní medián

**21:43**

Proti osobnímu mediánu

**o 04:20 pomalejší**

### Vývoj tempa

Tempo všech veřejných měřených pokusů na této přesné trase

