

Miroslav Benda

31. 03. 2009

Čas

18:20

Tempo

03:40/km

Celkové pořadí

11. místo

3. místo · M40-49

Běh Koutem 5 km



Ocenění



Dokončený ročník
2009

Podrobnosti výkonu

Miroslav Benda · Běh Koutem · 2009

Údaje o výkonu

 Datum
31. 03. 2009

 Trasa
Běh Koutem 5 km

 Vzdálenost
5 km

 Převýšení
127 m

 Tempo
03:40/km

 Kategorie
M40-49

 Pořadí v kategorii
3. místo

 Klub
Domažlice

 Rok narození
1962

 Stav
Dokončeno

Srovnání v ročníku závodu

Ztráta na pódium

01:42

Ztráta na předchozího

00:18

Porovnání na trase

117. z 356 · nejlepších 33 %

Osobní vývoj na trase

Měřený pokus

12. z 18

Osobní rekord

16:52

Proti osobnímu rekordu

o 01:28 pomalejší

Proti předchozímu pokusu

o 00:14 rychlejší

Osobní medián

18:15

Proti osobnímu mediánu

o 00:05 pomalejší

Vývoj tempa

Tempo všech veřejných měřených pokusů na této přesné trase

