

Pamětní list

Běh na Čerchov

2003

15

Zdeněk Rus

28. 06. 2003

Čas

48:04

Tempo

04:54/km

Celkové pořadí

15. místo

2. místo · M50-59

Běh na Čerchov 9,8 km



Ocenění



Dokončený ročník
2003

Podrobnosti výkonu

Zdeněk Rus · Běh na Čerchov · 2003

Údaje o výkonu

 Datum
28. 06. 2003

 Převýšení
600 m

 Pořadí v kategorii
2. místo

 Trasa
Běh na Čerchov 9,8 km

 Tempo
04:54/km

Rok narození
1952

 Vzdálenost
9,8 km

 Kategorie
M50-59

 Stav
Dokončeno

Srovnání v ročníku závodu

Ztráta na pódium

04:37

Ztráta na předchozího

00:20

Porovnání na trase

222. z 691 · nejlepších 33 %

Osobní vývoj na trase

Měřený pokus

4. z 15

Osobní rekord

38:51

Proti osobnímu rekordu

o 09:13 pomalejší

Proti předchozímu pokusu

o 08:10 pomalejší

Osobní medián

51:58

Proti osobnímu mediánu

o 03:54 rychlejší

Vývoj tempa

Tempo všech veřejných měřených pokusů na této přesné trase

