

Pamětní list

Běh na Čerchov

2004

22

Zdeněk Rus

26. 06. 2004

Čas

48:39

Tempo

04:58/km

Celkové pořadí

22. místo

3. místo · M50-59

Běh na Čerchov 9,8 km



To nejdůležitější



5. dokončení

Ocenění



Věrnost závodu
5. účast



Dokončený ročník
2004

Podrobnosti výkonu

Zdeněk Rus · Běh na Čerchov · 2004

Údaje o výkonu

Datum
26. 06. 2004

Převýšení
600 m

Pořadí v kategorii
3. místo

Trasa
Běh na Čerchov 9,8 km

Tempo
04:58/km

Rok narození
1952

Vzdálenost
9,8 km

Kategorie
M50-59

Stav
Dokončeno

Srovnání v ročníku závodu

Ztráta na pódium

05:28

Ztráta na předchozího

00:09

Porovnání na trase

240. z 691 · nejlepších 35 %

Osobní vývoj na trase

Měřený pokus

5. z 15

Osobní rekord

38:51

Proti osobnímu rekordu

o 09:48 pomalejší

Proti předchozímu pokusu

o 00:35 pomalejší

Osobní medián

51:58

Proti osobnímu mediánu

o 03:19 rychlejší

Vývoj tempa

Tempo všech veřejných měřených pokusů na této přesné trase

