

Pamětní list

Běh na Čerchov

2009

9

Miroslav Benda

27. 06. 2009

Čas

50:00

Tempo

05:06/km

Celkové pořadí

9. místo

5. místo · M40-49

Běh na Čerchov 9,8 km



Ocenění



Dokončený ročník
2009

Podrobnosti výkonu

Miroslav Benda · Běh na Čerchov · 2009

Údaje o výkonu

 Datum
27. 06. 2009

 Trasa
Běh na Čerchov 9,8 km

 Vzdálenost
9,8 km

 Převýšení
600 m

 Tempo
05:06/km

 Kategorie
M40-49

 Pořadí v kategorii
5. místo

 Klub
Domažlice

 Rok narození
1962

 Stav
Dokončeno

Srovnání v ročníku závodu

Ztráta na pódium

03:53

Ztráta na předchozího

00:12

Porovnání na trase

265. z 691 · nejlepších 39 %

Osobní vývoj na trase

Měřený pokus

11. z 16

Osobní rekord

45:14

Proti osobnímu rekordu

o 04:46 pomalejší

Proti předchozímu pokusu

o 01:39 pomalejší

Osobní medián

48:22

Proti osobnímu mediánu

o 01:37 pomalejší

Vývoj tempa

Tempo všech veřejných měřených pokusů na této přesné trase

