

Pamětní list

Běh na Čerchov

2009

13

Zdeněk Rus

27. 06. 2009

Čas

51:45

Tempo

05:17/km

Celkové pořadí

13. místo

2. místo · M50-59

Běh na Čerchov 9,8 km



Ocenění



Dokončený ročník
2009

Podrobnosti výkonu

Zdeněk Rus · Běh na Čerchov · 2009

Údaje o výkonu

 Datum
27. 06. 2009

 Převýšení
600 m

 Pořadí v kategorii
2. místo

 Trasa
Běh na Čerchov 9,8 km

 Tempo
05:17/km

Rok narození
1952

 Vzdálenost
9,8 km

 Kategorie
M50-59

 Stav
Dokončeno

Srovnání v ročníku závodu

Ztráta na pódium

05:38

Ztráta na předchozího

00:11

Porovnání na trase

307. z 691 · nejlepších 45 %

Osobní vývoj na trase

Měřený pokus

7. z 15

Osobní rekord

38:51

Proti osobnímu rekordu

o 12:54 pomalejší

Proti předchozímu pokusu

o 02:55 rychlejší

Osobní medián

51:58

Proti osobnímu mediánu

o 00:13 rychlejší

Vývoj tempa

Tempo všech veřejných měřených pokusů na této přesné trase

