

# Futósebesség mérése 2014.02.21. Mecsek, Árpádtető

Százalékos sebesség tereptípusonként, a /könnyű lapos/ = 100%

Kör	Név:	Kat:	Össz idő:	Könnyű lapos 41, 45, 50, (m/s)	%	Könnyű emelkedő 42, (m/s)	%	Könnyű lejtő (m/s)	%	Nehéz lejtő (m/s)	%	Meredek lejtő (m/s)	%	Sziklás emelkedő (m/s)	%	Meredek emelkedő (m/s)	%
4	Kovács Filoména	N21	58:45	2,9	100%	2,2	75%	3,1	109%	2,6	91%	1,6	56%	1,8	63%	0,9	30%
4	Rusvai Katalin	N21	64:58	2,7	100%	2,0	75%	3,2	121%	2,4	90%	1,7	63%	1,6	58%	0,8	28%
4	Zempléni Réka	N21	71:18	2,7	100%	1,9	70%	2,6	99%	1,5	57%	1,3	48%	1,3	50%	0,8	30%
3	Szuromi Luca	N18	43:16	3,0	100%	2,2	73%	3,4	113%	2,7	89%	1,8	59%	1,8	60%	0,8	28%
3	Viniczai Csenge	N18	45:30	2,8	100%	2,1	75%	3,0	107%	2,5	89%	1,6	57%	1,8	64%	0,8	30%
3	Becze Rita	N18	49:54	2,6	100%	1,9	74%	2,9	110%	2,3	88%	1,6	59%	1,5	59%	0,7	27%
3	Liszka Eszter	N18	50:49	2,5	100%	1,9	74%	2,8	111%	2,3	89%	1,4	56%	1,5	60%	0,7	29%
3	Fésűs Evelin	N18	53:26	2,8	100%	1,9	68%	2,4	85%	1,8	66%	1,2	43%	1,4	50%	0,7	24%
3	Goldmann Júlia	N18	57:07	2,4	100%	1,7	69%	2,5	105%	1,9	81%	1,2	49%	1,3	56%	0,7	28%
3	Dénes Réka	N18	59:18	2,2	100%	1,6	73%	2,6	118%	1,8	84%	1,3	59%	1,3	60%	0,6	29%
2	Szuromi Hanga	N16	27:34	3,0	100%	2,3	75%	3,2	106%	2,8	93%	2,0	67%	1,8	61%	1,0	33%
2	Pataki Réka Dalida	N16	30:22	2,9	100%	2,0	69%	3,3	115%	2,6	90%	2,2	75%	1,6	53%	0,8	27%
2	Sárközy Zsófia	N16	31:37	2,9	100%	2,1	73%	2,9	101%	2,6	92%	1,6	55%	1,7	58%	0,7	25%
2	Hajnal Dorottya	N16	31:45	2,9	100%	2,0	70%	3,2	111%	2,2	77%	1,5	51%	1,5	52%	0,8	26%
2	Vékony Vanda	N16	32:06	2,8	100%	2,1	74%	3,0	106%	2,1	76%	1,1	40%	1,5	55%	0,9	32%
2	Finta Sára Katalin	N16	34:33	3,0	100%	2,0	66%	2,9	97%	2,2	74%	1,3	45%	1,4	47%	0,6	20%
2	Angyal Anna	N16	42:32	2,3	100%	1,7	73%	2,2	95%	1,5	63%	1,0	44%	1,1	45%	0,6	24%
2	Lénárt Lili	N16	42:40	2,3	100%	1,7	75%	2,3	100%	1,4	62%	1,0	45%	1,0	46%	0,6	24%
2	Varga Petra	N16	46:35	2,0	100%	1,5	77%	1,8	92%	1,2	61%	1,0	51%	1,1	55%	0,5	26%
2	Dénes Zoltán	F35	24:51	3,1	100%	2,5	81%	4,1	133%	4,0	129%	2,5	80%	2,1	67%	1,0	33%
5	Bakó Áron	F21	56:24	3,5	100%	2,8	78%	4,0	112%	4,0	113%	2,6	73%	2,3	66%	1,1	30%
5	Baumholczér Máté	F21	59:36	3,4	100%	2,7	80%	3,6	107%	3,4	100%	2,2	65%	2,3	66%	1,0	30%
4	Kovács Bertalan	F20	47:11	3,4	100%	2,7	78%	3,9	114%	3,8	110%	2,5	72%	2,3	67%	1,0	29%
4	Miavecz Balázs	F18	47:43	3,5	100%	2,7	77%	3,4	97%	3,0	85%	1,9	55%	2,2	63%	1,2	35%
4	Ágotha Dávid	F21	60:18	3,2	100%	2,3	73%	2,9	92%	2,5	80%	1,5	47%	1,7	53%	0,8	24%
3	Szuromi Mátyás	F16	38:49	3,3	100%	2,4	74%	3,4	106%	3,4	104%	2,2	67%	2,1	64%	0,9	29%
3	Kovács Barnabás	F16	38:51	3,2	100%	2,5	77%	3,4	106%	3,0	92%	2,2	70%	1,9	60%	1,1	33%
3	Türschl Bence	F16	41:42	3,1	100%	2,3	74%	3,2	102%	2,5	81%	1,7	53%	1,9	60%	1,0	31%
3	Tábori Milán	F18	44:17	2,6	100%	2,2	82%	2,9	110%	2,6	98%	1,7	63%	1,7	66%	1,0	37%
3	Stork Gábor	F16	51:19	2,6	100%	2,0	76%	2,4	92%	2,0	77%	1,5	57%	1,6	61%	0,8	29%

Megjegyzések:

Gyors lefelé

Nehéz terepen lassú (edzőcipő!)

Gyors lefelé

Nehéz terepen lassú (cipő?)

Gyors lefelé

Nehéz terepen jól fut

Meredek lejtőn gyors

Emelkedőn lassú

Emelkedőn lassú

Emelkedőn lassú

Lejtőkön gyors

Meredek emelkedőn gyors

Emelkedőn és terepen lassú

3. kör végén pihent