



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Siegel, Kai

Verein: Team Erdinger Alkoholfrei
Startnummer: 174

Strecke: 9,70 km
10 km-Lauf

Kategorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 56:55

Geschwindigkeit: 9,49 km/h
Laufleistung: 5:52 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 49 (von 73)
Strecken-Platzierung/Männer: 35 (von 49)
Bestzeit der Strecke: 38:37

Kategorie-Platzierung: 5(von 6)
Bestzeit in der Kategorie: 46:44

Zwischenzeiten			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung							
Kontrolle	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde 1	3,30	22:04	6:41	5	3:45	36	6:49	3,30	22:04	6:41	5	3:45	12	0:59
Runde 2	1,70	11:55	7:00	4	2:43	38	4:17	5,00	33:59	6:47	5	6:28	12	1:10
Runde 3	2,10	9:41	4:36	4	1:16	29	2:48	7,10	43:40	6:09	4	7:44	9	
Letzte Runde Zie	2,60	13:15	5:05	5	2:27	36	4:26	9,70	56:55	5:52	5	10:11	35	18:18