



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Hess, Rene

Verein: Hannover
Startnummer: 110

Strecke: 9,70 km
10 km-Lauf

Kategorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:01:04

Geschwindigkeit: 8,84 km/h
Laufleistung: 6:18 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 58 (von 73)
Strecken-Platzierung/Männer: 41 (von 49)
Bestzeit der Strecke: 38:37

Kategorie-Platzierung: 8(von 9)
Bestzeit in der Kategorie: 38:37

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	23:16	7:03	7	8:01	39	8:01	3,30	23:16	7:03	8	8:01	17	2:11
Runde 2	1,70	12:45	7:30	8	5:07	42	5:07	5,00	36:01	7:12	8	13:08	17	3:12
Runde 3	2,10	10:24	4:57	6	3:31	36	3:31	7,10	46:25	6:32	8	16:37	17	2:41
Letzte Runde Ziel	2,60	14:39	5:38	9	5:50	45	5:50	9,70	1:01:04	6:17	8	22:27	41	22:27