



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: 9,53 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 |