



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Deperrest, Yanis

Verein: Langenhagen  
Startnummer: 158

Strecke: 9,70 km  
10 km-Lauf

Kategorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:01:09

Geschwindigkeit: 8,83 km/h  
Laufleistung: 6:18 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 60 (von 73)  
Strecken-Platzierung/Männer: 43 (von 49)  
Bestzeit der Strecke: 38:37

Kategorie-Platzierung: 9(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	23:39	7:10	9	8:24	41	8:24	3,30	23:39	7:10	9	8:24	19	2:34
Runde 2	1,70	13:12	7:45	9	5:34	46	5:34	5,00	36:51	7:22	9	13:58	19	4:02
Runde 3	2,10	10:57	5:12	9	4:04	43	4:04	7,10	47:48	6:43	9	18:00	19	4:04
Letzte Runde Zie	2,60	13:21	5:08	8	4:32	39	4:32	9,70	1:01:09	6:18	9	22:32	43	22:32