



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Krell, Volker

Verein: pingpank.de  
Startnummer: 501

Strecke: 20,80 km  
Halbmarathon

Kategorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:27:44

Geschwindigkeit: 13,68 km/h  
Laufleistung: 4:13 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 5 (von 110)  
Strecken-Platzierung/Männer: 5 (von 92)  
Bestzeit der Strecke: 1:18:02

Kategorie-Platzierung: 2(von 16)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:26:53

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	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	13:29	4:05	1	-	5	0:55	3,30	13:29	4:05	2		63	
Runde 2	1,70	7:48	4:35	1	-	4	0:42	5,00	21:17	4:15	2		66	
Runde 3	2,10	7:26	3:32	1	-	6	0:34	7,10	28:43	4:02	2		65	
Runde 4	4,95	22:22	4:31	2	0:26	6	2:12	12,05	51:05	4:14	15		81	
Runde 5	3,65	14:41	4:01	2	0:32	6	1:52	15,70	1:05:46	4:11	2		66	
Runde 6	1,40	5:19	3:47	2	0:14	7	1:01	17,10	1:11:05	4:09	2	0:06	65	
Letzte Runde Ziel	3,70	16:39	4:29	2	0:45	6	5:54	20,80	1:27:44	4:13	2	0:51	5	9:42