



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Markus, Kuhnau

Verein: LHH-Hannover  
Startnummer: 623

Strecke: 20,80 km  
Halbmarathon

Kategorie:  
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:28:53

Geschwindigkeit: 13,50 km/h  
Laufleistung: 4:16 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 7 (von 110)  
Strecken-Platzierung/Männer: 7 (von 92)  
Bestzeit der Strecke: 1:18:02

Kategorie-Platzierung: 1(von 5)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:28:53

| Kontrolle         | Teilstreckenwertung |               |                 |               |                 |                 |                   | Gesamtwertung |                |                  |               |                 |                 |                   |
|-------------------|---------------------|---------------|-----------------|---------------|-----------------|-----------------|-------------------|---------------|----------------|------------------|---------------|-----------------|-----------------|-------------------|
|                   | Split<br>km         | Split<br>Zeit | Split<br>min/km | Platz<br>Kat. | Rückst.<br>Kat. | Platz<br>Männer | Rückst.<br>Männer | Gesamt<br>km  | Gesamt<br>Zeit | Gesamt<br>min/km | Platz<br>Kat. | Rückst.<br>Kat. | Platz<br>Männer | Rückst.<br>Männer |
| Runde 1           | 3,30                | 13:48         | 4:10            | 1             | -               | 7               | 1:14              | 3,30          | 13:48          | 4:10             | 1             | -               | 64              |                   |
| Runde 2           | 1,70                | 8:13          | 4:50            | 1             | -               | 9               | 1:07              | 5,00          | 22:01          | 4:24             | 1             | -               | 64              |                   |
| Runde 3           | 2,10                | 7:32          | 3:35            | 2             | 0:16            | 9               | 0:40              | 7,10          | 29:33          | 4:09             | 1             | -               | 63              |                   |
| Runde 4           | 4,95                | 22:16         | 4:29            | 1             | -               | 5               | 2:06              | 12,05         | 51:49          | 4:18             | 1             | -               | 60              |                   |
| Runde 5           | 3,65                | 14:53         | 4:04            | 1             | -               | 7               | 2:04              | 15,70         | 1:06:42        | 4:14             | 1             | -               | 64              |                   |
| Runde 6           | 1,40                | 5:10          | 3:41            | 1             | -               | 5               | 0:52              | 17,10         | 1:11:52        | 4:12             | 1             | -               | 63              |                   |
| Letzte Runde Ziel | 3,70                | 17:01         | 4:35            | 1             | -               | 7               | 6:16              | 20,80         | 1:28:53        | 4:16             | 1             | -               | 7               | 10:51             |