



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: 14,04 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 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	13:48	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