



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Scheffler, Jens

Verein: Bernauer Lauffreunde
Startnummer: 569

Strecke: 20,80 km
Halbmarathon

Kategorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:32:44

Geschwindigkeit: 12,94 km/h
Laufleistung: 4:28 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 11 (von 110)
Strecken-Platzierung/Männer: 11 (von 92)
Bestzeit der Strecke: 1:18:02

Kategorie-Platzierung: 3(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	14:34	4:24	3	1:05	13	2:00	3,30	14:34	4:24	3	0:23	60	
Runde 2	1,70	8:20	4:54	3	0:32	10	1:14	5,00	22:54	4:34	3	0:47	60	
Runde 3	2,10	8:00	3:48	3	0:34	16	1:08	7,10	30:54	4:21	3	1:05	59	
Runde 4	4,95	23:53	4:49	3	1:57	15	3:43	12,05	54:47	4:32	2	3:02	58	
Runde 5	3,65	15:21	4:12	3	1:12	13	2:32	15,70	1:10:08	4:28	3	4:14	60	
Runde 6	1,40	5:20	3:48	3	0:15	8	1:02	17,10	1:15:28	4:24	3	4:29	59	
Letzte Runde Ziel	3,70	17:16	4:39	3	1:22	10	6:31	20,80	1:32:44	4:27	3	5:51	11	14:42