



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Laabs, Ingo

Verein: TSV Barsinghausen  
Startnummer: 606

Strecke: 20,80 km  
Halbmarathon

Kategorie:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:43:36

Geschwindigkeit: 11,58 km/h  
Laufleistung: 4:59 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 22 (von 110)  
Strecken-Platzierung/Männer: 19 (von 92)  
Bestzeit der Strecke: 1:18:02

Kategorie-Platzierung: 5(von 14)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:18:02

Kontrolle	Zwischenzeiten							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	17:02	5:09	7	4:28	39	4:28	3,30	17:02	5:09	5	4:28	52		
Runde 2	1,70	9:23	5:31	6	2:17	30	2:17	5,00	26:25	5:16	5	6:45	52		
Runde 3	2,10	8:05	3:50	5	1:13	18	1:13	7,10	34:30	4:51	5	7:54	51		
Runde 4	4,95	26:33	5:21	7	6:23	24	6:23	12,05	1:01:03	5:03	14	14:17	91		
Runde 5	3,65	17:23	4:45	6	4:34	23	4:34	15,70	1:18:26	4:59	5	18:50	52		
Runde 6	1,40	5:57	4:15	5	1:39	19	1:39	17,10	1:24:23	4:56	5	20:29	51		
Letzte Runde Ziel	3,70	19:13	5:11	5	5:05	17	8:28	20,80	1:43:36	4:58	5	25:34	19	25:34	