



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Gläser, Uwe

Verein: Laufen Aktuell OG Hannover
Startnummer: 30

Strecke: 5,00 km
5 km-Lauf

Kategorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 25:27

Geschwindigkeit: 11,79 km/h
Laufleistung: 5:05 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 16 (von 53)
Strecken-Platzierung/Männer: 13 (von 25)
Bestzeit der Strecke: 19:07

Kategorie-Platzierung: 2(von 6)
Bestzeit in der Kategorie: 24:19

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	18:06	5:29	2	0:58	16	4:49	3,30	18:06	5:29	2	0:58	1	-
Letzte Runde Ziel	1,70	7:21	4:19	2	0:10	9	1:38	5,00	25:27	5:05	2	1:08	13	6:20