



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Ringe, Thomas

Verein: Hannover  
Startnummer: 590

Strecke: 20,80 km  
Halbmarathon

Kategorie:  
Männer (20-29 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:48:39

Geschwindigkeit: 11,04 km/h  
Laufleistung: 5:13 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 39 (von 110)  
Strecken-Platzierung/Männer: 35 (von 92)  
Bestzeit der Strecke: 1:18:02

Kategorie-Platzierung: 4(von 14)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:29:48

| Zwischenzeiten    |             |               | Teilstreckenwertung |               |                 |                 | Gesamtwertung     |              |                |                  |               |                 |                 |                   |
|-------------------|-------------|---------------|---------------------|---------------|-----------------|-----------------|-------------------|--------------|----------------|------------------|---------------|-----------------|-----------------|-------------------|
| Kontrolle         | 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        | 17:03         | 5:10                | 8             | 3:34            | 40              | 4:29              | 3,30         | 17:03          | 5:10             | 4             | 3:34            | 70              |                   |
| Runde 2           | 1,70        | 9:36          | 5:38                | 7             | 1:25            | 33              | 2:30              | 5,00         | 26:39          | 5:19             | 4             | 4:59            | 70              |                   |
| Runde 3           | 2,10        | 9:14          | 4:23                | 9             | 1:30            | 50              | 2:22              | 7,10         | 35:53          | 5:03             | 4             | 6:29            | 80              |                   |
| Runde 4           | 4,95        | 26:40         | 5:23                | 3             | 4:04            | 26              | 6:30              | 12,05        | 1:02:33        | 5:11             | 3             |                 | 76              |                   |
| Runde 5           | 3,65        | 18:15         | 5:00                | 5             | 3:19            | 38              | 5:26              | 15,70        | 1:20:48        | 5:08             | 4             | 13:52           | 70              |                   |
| Runde 6           | 1,40        | 6:27          | 4:36                | 3             | 1:05            | 38              | 2:09              | 17,10        | 1:27:15        | 5:06             | 4             | 14:57           | 80              |                   |
| Letzte Runde Ziel | 3,70        | 21:24         | 5:47                | 4             | 3:54            | 39              | 10:39             | 20,80        | 1:48:39        | 5:13             | 4             | 18:51           | 35              | 30:37             |