



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Kumrow, Thomas

Verein: LG Pingpank üstra
Startnummer: 500

Strecke: 20,80 km
Halbmarathon

Kategorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:53:54

Geschwindigkeit: 10,54 km/h
Laufleistung: 5:29 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 58 (von 110)
Strecken-Platzierung/Männer: 49 (von 92)
Bestzeit der Strecke: 1:18:02

Kategorie-Platzierung: 11(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	17:37	5:20	11	4:08	51	5:03	3,30	17:37	5:20	11	3:26	22	
Runde 2	1,70	9:58	5:51	10	2:10	50	2:52	5,00	27:35	5:30	11	5:28	22	
Runde 3	2,10	9:19	4:26	11	1:53	53	2:27	7,10	36:54	5:11	11	7:05	21	0:16
Runde 4	4,95	29:03	5:52	11	7:07	56	8:53	12,05	1:05:57	5:28	9	14:12	22	
Runde 5	3,65	19:14	5:16	11	5:05	51	6:25	15,70	1:25:11	5:25	11	19:17	21	
Runde 6	1,40	6:58	4:58	12	1:53	58	2:40	17,10	1:32:09	5:23	11	21:10	21	
Letzte Runde Ziel	3,70	21:45	5:52	13	5:51	46	11:00	20,80	1:53:54	5:28	11	27:01	49	35:52