



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Liedtke, Dirk

Verein: Walsrode  
Startnummer: 596

Strecke: 20,80 km  
Halbmarathon

Kategorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:56:47

Geschwindigkeit: 10,28 km/h  
Laufleistung: 5:37 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 67 (von 110)  
Strecken-Platzierung/Männer: 58 (von 92)  
Bestzeit der Strecke: 1:18:02

Kategorie-Platzierung: 13(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	19:12	5:49	13	5:43	70	6:38	3,30	19:12	5:49	13	5:01	1	-
Runde 2	1,70	10:12	6:00	11	2:24	55	3:06	5,00	29:24	5:52	13	7:17	1	-
Runde 3	2,10	10:04	4:47	13	2:38	64	3:12	7,10	39:28	5:33	13	9:39	12	2:50
Runde 4	4,95	29:07	5:52	13	7:11	58	8:57	12,05	1:08:35	5:41	11	16:50	1	-
Runde 5	3,65	19:27	5:19	12	5:18	57	6:38	15,70	1:28:02	5:36	13	22:08	12	2:06
Runde 6	1,40	7:11	5:07	14	2:06	65	2:53	17,10	1:35:13	5:34	13	24:14	12	2:13
Letzte Runde Ziel	3,70	21:34	5:49	10	5:40	43	10:49	20,80	1:56:47	5:36	13	29:54	58	38:45