



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Pawlak, Reiner

Verein: DJK Sparta Langenhagen/TEA
Startnummer: 510

Strecke: 20,80 km
Halbmarathon

Kategorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 2:13:47

Geschwindigkeit: 8,97 km/h
Laufleistung: 6:26 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 94 (von 110)
Strecken-Platzierung/Männer: 80 (von 92)
Bestzeit der Strecke: 1:18:02

Kategorie-Platzierung: 15(von 16)
Bestzeit in der Kategorie: 1:26:53

Zwischenzeiten			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung							
Kontrolle	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	20:30	6:12	14	7:01	78	7:56	3,30	20:30	6:12	15	6:19	29	1:18
Runde 2	1,70	11:54	7:00	15	4:06	82	4:48	5,00	32:24	6:28	15	10:17	37	3:00
Runde 3	2,10	11:38	5:32	16	4:12	84	4:46	7,10	44:02	6:12	15	14:13	24	7:24
Runde 4	4,95	33:32	6:46	15	11:36	80	13:22	12,05	1:17:34	6:26	13	25:49	37	8:59
Runde 5	3,65	22:32	6:10	16	8:23	78	9:43	15,70	1:40:06	6:22	15	34:12	24	14:10
Runde 6	1,40	7:48	5:34	15	2:43	73	3:30	17,10	1:47:54	6:18	15	36:55	36	14:54
Letzte Runde Ziel	3,70	25:53	6:59	15	9:59	75	15:08	20,80	2:13:47	6:25	15	46:54	80	55:45