



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Bode, Heiner

Verein: Hildesheim
Startnummer: 40

Strecke: 5,00 km
5 km-Lauf

Kategorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 34:13

Geschwindigkeit: 8,77 km/h
Laufleistung: 6:50 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 45 (von 53)
Strecken-Platzierung/Männer: 24 (von 25)
Bestzeit der Strecke: 19:07

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

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	21:17	6:26	5	4:09	23	8:00	3,30	21:17	6:26	6	4:09	2	3:11
Letzte Runde Ziel	1,70	12:56	7:36	6	5:45	24	7:13	5,00	34:13	6:50	6	9:54	24	15:06