



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Crotiow, Martin

Verein: Hannover 96
Startnummer: 166

Strecke: 9,70 km
10 km-Lauf

Kategorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 45:28

Geschwindigkeit: 11,88 km/h
Laufleistung: 4:41 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 5 (von 73)
Strecken-Platzierung/Männer: 5 (von 49)
Bestzeit der Strecke: 38:37

Kategorie-Platzierung: 3(von 9)
Bestzeit in der Kategorie: 38:37

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	17:48	5:23	3	2:33	5	2:33	3,30	17:48	5:23	3	2:33	29	
Runde 2	1,70	9:04	5:19	3	1:26	5	1:26	5,00	26:52	5:22	3	3:59	29	
Runde 3	2,10	8:03	3:50	3	1:10	5	1:10	7,10	34:55	4:55	3	5:07	29	
Letzte Runde Zie	2,60	10:33	4:03	3	1:44	6	1:44	9,70	45:28	4:41	3	6:51	5	6:51