



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Blume, Jörg

Verein: www.blume-physiotherapie.de
Startnummer: 172

Strecke: 9,70 km
10 km-Lauf

Kategorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 46:44

Geschwindigkeit: 11,55 km/h
Laufleistung: 4:49 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 7 (von 73)
Strecken-Platzierung/Männer: 7 (von 49)
Bestzeit der Strecke: 38:37

Kategorie-Platzierung: 1(von 6)
Bestzeit in der Kategorie: 46:44

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	18:19	5:33	1	-	6	3:04	3,30	18:19	5:33	1	-	31	
Runde 2	1,70	9:12	5:24	1	-	6	1:34	5,00	27:31	5:30	1	-	31	
Runde 3	2,10	8:25	4:00	1	-	8	1:32	7,10	35:56	5:03	1	-	31	
Letzte Runde Zie	2,60	10:48	4:09	1	-	8	1:59	9,70	46:44	4:49	1	-	7	8:07