



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Freese, Niels

Verein: Hannover  
Startnummer: 116

Strecke: 9,70 km  
10 km-Lauf

Kategorie:  
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 49:41

Geschwindigkeit: 10,87 km/h  
Laufleistung: 5:07 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 18 (von 73)  
Strecken-Platzierung/Männer: 14 (von 49)  
Bestzeit der Strecke: 38:37

Kategorie-Platzierung: 2(von 7)  
Bestzeit in der Kategorie: 47:25

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	19:40	5:57	3	1:14	16	4:25	3,30	19:40	5:57	2	1:14	38	
Runde 2	1,70	9:53	5:48	2	0:26	11	2:15	5,00	29:33	5:54	2	1:40	34	
Runde 3	2,10	8:52	4:13	2	0:24	16	1:59	7,10	38:25	5:24	2	2:04	38	
Letzte Runde Zie	2,60	11:16	4:20	2	0:12	11	2:27	9,70	49:41	5:07	2	2:16	14	11:04