



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Kramer, Manfred

Verein: TSV Barsinghausen
Startnummer: 176

Strecke: 9,70 km
10 km-Lauf

Kategorie:
Senioren M70 (70-74 Jahre)

Gesamt-Zeit: 50:36

Geschwindigkeit: 10,67 km/h
Laufleistung: 5:13 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 23 (von 73)
Strecken-Platzierung/Männer: 18 (von 49)
Bestzeit der Strecke: 38:37

Kategorie-Platzierung: 1(von 2)
Bestzeit in der Kategorie: 50:36

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	19:48	6:00	1	-	19	4:33	3,30	19:48	6:00	1	-	42	
Runde 2	1,70	9:43	5:42	1	-	9	2:05	5,00	29:31	5:54	1	-	39	
Runde 3	2,10	8:57	4:15	1	-	17	2:04	7,10	38:28	5:25	1	-	42	
Letzte Runde Zie	2,60	12:08	4:39	1	-	24	3:19	9,70	50:36	5:12	1	-	18	11:59