



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

Detailauswertung

Lang, Helmut

Verein: Hannover
Startnummer: 734

Strecke: 20,80 km
Halbmarathon

Kategorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 2:01:03

Geschwindigkeit: 10,31 km/h
Laufleistung: 5:49 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 73 (von 93)
Strecken-Platzierung/Männer: 64 (von 81)
Bestzeit der Strecke: 1:13:11

Kategorie-Platzierung: 17(von 19)
Bestzeit in der Kategorie: 1:25:05

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	19:15	5:50	15	5:13	63	6:58	3,30	19:15	5:50	4	2:45	1	-
Runde 2	1,70	10:44	6:18	15	2:40	62	4:04	5,00	29:59	5:59	4	3:53	40	0:07
Runde 3	2,10	10:48	5:08	16	3:34	64	4:24	7,10	40:47	5:44	4	4:40	40	0:01
Runde 4	4,95	31:26	6:21	15	8:47	60	12:08	12,05	1:12:13	5:59	4	7:16	5	1:51
Runde 5	3,65	21:24	5:51	17	7:04	65	8:45	15,70	1:33:37	5:57	4	9:31	40	3:47
Runde 6	1,40	7:46	5:32	18	2:38	68	3:14	17,10	1:41:23	5:55	4	10:39	40	4:43
Letzte Runde Ziel	3,70	19:40	5:18	18	7:09	70	8:19	20,80	2:01:03	5:49	17	35:58	64	47:52