



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

Detailauswertung

Ziegenmeyer, Henning

Verein: Hannover
Startnummer: 339

Strecke: 9,70 km
10 km-Lauf

Kategorie:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 42:54

Geschwindigkeit: 12,59 km/h
Laufleistung: 4:25 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 8 (von 51)
Strecken-Platzierung/Männer: 6 (von 39)
Bestzeit der Strecke: 34:28

Kategorie-Platzierung: 2(von 8)
Bestzeit in der Kategorie: 38:35

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	15:19	4:38	4	1:17	8	2:37	3,30	15:19	4:38	2	1:17	26	
Runde 2	1,70	8:52	5:12	3	0:51	6	1:55	5,00	24:11	4:50	2	2:08	26	
Runde 3	2,10	7:52	3:44	2	0:44	4	1:26	7,10	32:03	4:30	2	2:52	26	
Letzte Runde Zie	2,60	10:51	4:10	2	1:27	7	2:28	9,70	42:54	4:25	2	4:19	6	8:26