



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

Detailauswertung

Redenius, Fokko

Verein: Spvg Nds. Döhren Hannover
Startnummer: 324

Strecke: 9,70 km
10 km-Lauf

Kategorie:
Senioren M65 (65-69 Jahre)

Gesamt-Zeit: 46:35

Geschwindigkeit: 12,49 km/h
Laufleistung: 4:48 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 17 (von 51)
Strecken-Platzierung/Männer: 14 (von 39)
Bestzeit der Strecke: 34:28

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)
Bestzeit in der Kategorie: 46:35

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	16:41	5:03	1	-	14	3:59	3,30	16:41	5:03	1	-	34	
Runde 2	1,70	9:35	5:38	1	-	12	2:38	5,00	26:16	5:15	1	-	34	
Runde 3	2,10	8:29	4:02	1	-	11	2:03	7,10	34:45	4:53	1	-	34	
Letzte Runde Zie	2,60	11:50	4:33	1	-	17	3:27	9,70	46:35	4:48	1	-	14	12:07