



# 11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

## Detailauswertung

**Föhr, Silas**

Verein: Runners Point  
Startnummer: 347

Strecke: 9,70 km  
10 km-Lauf

Kategorie:  
Männer (20-29 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 47:06**

Geschwindigkeit: 11,46 km/h  
Laufleistung: 4:52 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 19 (von 51)  
Strecken-Platzierung/Männer: 16 (von 39)  
Bestzeit der Strecke: 34:28

Kategorie-Platzierung: 4(von 4)  
Bestzeit in der Kategorie: 34:28

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	17:30	5:18	4	4:48	20	4:48	3,30	17:30	5:18	4	4:48	36	
Runde 2	1,70	9:42	5:42	3	2:45	13	2:45	5,00	27:12	5:26	4	7:33	36	
Runde 3	2,10	8:34	4:04	4	2:08	13	2:08	7,10	35:46	5:02	4	9:41	36	
Letzte Runde Ziel	2,60	11:20	4:21	3	2:57	12	2:57	9,70	47:06	4:51	4	12:38	16	12:38