



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Minkmar, Sascha

Association: Elan Barsinghausen
Dossard: 124

Circuit: 9.70 km
10 km-Lauf

Catégorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 56:47

Vitesse: 10.25 km/h
Kilométrage: 5:51 min/km

Place par parcours/Total: 48 (de 73)

Place par parcours/Hommes: 34 (de 49)

Meilleur temps dans le parcours: 38:37

Place par catégorie: 6(de 9)

Meilleur temps dans la catégorie: 38:37

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Résultats d'étape				Résultat total							
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Tour 1	3.30	22:08	6:42	6	6:53	37	6:53	3.30	22:08	6:42	6	6:53	10	1:03
Tour 2	1.70	10:59	6:27	5	3:21	28	3:21	5.00	33:07	6:37	6	10:14	10	0:18
Tour 3	2.10	10:44	5:06	8	3:51	39	3:51	7.10	43:51	6:10	6	14:03	10	0:07
Dernier temps A	2.60	12:56	4:58	7	4:07	34	4:07	9.70	56:47	5:51	6	18:10	34	18:10