



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Siegel, Kai

Association: Team Erdinger Alkoholfrei  
Dossard: 174

Circuit: 9.70 km  
10 km-Lauf

Catégorie:  
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 56:55

Vitesse: 10.23 km/h  
Kilométrage: 5:52 min/km

Place par parcours/Total: 49 (de 73)  
Place par parcours/Hommes: 35 (de 49)  
Meilleur temps dans le parcours: 38:37

Place par catégorie: 5(de 6)  
Meilleur temps dans la catégorie: 46:44

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				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	22:04	6:41	5	3:45	36	6:49	3.30	22:04	6:41	5	3:45	12	0:59
Tour 2	1.70	11:55	7:00	4	2:43	38	4:17	5.00	33:59	6:47	5	6:28	12	1:10
Tour 3	2.10	9:41	4:36	4	1:16	29	2:48	7.10	43:40	6:09	4	7:44	9	
Dernier temps A	2.60	13:15	5:05	5	2:27	36	4:26	9.70	56:55	5:52	5	10:11	35	18:18