10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Hess, Rene

Association: Hannover
Dossard: 110

Circuit: 9.70 km
10 km-Lauf

Catégorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 1:01:04

Vitesse: 9.53 km/h
Kilométrage: 6:18 min/km

Place par parcours/Total: 58 (de 73)
Place par parcours/Hommes: 41 (de 49)
Meilleur temps dans le parcours: 38:37

Place par catégorie: 8(de 9)
Meilleur temps dans la catégorie: 38:37

Temps intermédiaires

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homme	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homme	Retard Hommes
Tour 1	3.30	23:16	7:03	7	8:01	39	8:01	3.30	23:16	7:03	8	8:01	17	2:11
Tour 2	1.70	12:45	7:30	8	5:07	42	5:07	5.00	36:01	7:12	8	13:08	17	3:12
Tour 3	2.10	10:24	4:57	6	3:31	36	3:31	7.10	46:25	6:32	8	16:37	17	2:41
Dernier temps Ar	2.60	14:39	5:38	9	5:50	45	5:50	9.70	1:01:04	6:17	8	22:27	41	22:27