



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Beine, Stefan

Association: TSV Kirchdorf  
Dossard: 503

Circuit: 20.80 km  
Halbmarathon

Catégorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 1:43:43

Vitesse: 11.57 km/h  
Kilométrage: 4:59 min/km

Place par parcours/Total: 24 (de 110)  
Place par parcours/Hommes: 21 (de 92)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:18:02

Place par catégorie: 5(de 16)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:26:53

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape				Résultat total			
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	
Tour 1	3.30	15:49	4:47	6	2:20	22	3:15	3.30	15:49	4:47	5	1:38	50		
Tour 2	1.70	9:12	5:24	5	1:24	25	2:06	5.00	25:01	5:00	5	2:54	50		
Tour 3	2.10	8:23	3:59	5	0:57	24	1:31	7.10	33:24	4:42	5	3:35	49		
Tour 4	4.95	26:53	5:25	5	4:57	28	6:43	12.05	1:00:17	5:00	16	8:32	90		
Tour 5	3.65	17:25	4:46	5	3:16	24	4:36	15.70	1:17:42	4:56	5	11:48	50		
Tour 6	1.40	6:09	4:23	8	1:04	26	1:51	17.10	1:23:51	4:54	5	12:52	49		
Dernier temps A	3.70	19:52	5:22	6	3:58	24	9:07	20.80	1:43:43	4:59	5	16:50	21	25:41	