



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

**Bendiks, Andreas**

Association: Burgdorf  
Dossard: 578

Circuit: 20.80 km  
Halbmarathon

Catégorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 1:44:05

Vitesse: 11.53 km/h  
Kilométrage: 5:00 min/km

Place par parcours/Total: 27 (de 110)  
Place par parcours/Hommes: 23 (de 92)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:18:02

Place par catégorie: 6(de 16)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:26:53

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	15:41	4:45	5	2:12	21	3:07	3.30	15:41	4:45	6	1:30	48	
Tour 2	1.70	9:22	5:30	6	1:34	29	2:16	5.00	25:03	5:00	6	2:56	48	
Tour 3	2.10	8:08	3:52	4	0:42	20	1:16	7.10	33:11	4:40	6	3:22	47	
Tour 4	4.95	27:19	5:31	7	5:23	34	7:09	12.05	1:00:30	5:01	4	8:45	51	
Tour 5	3.65	18:06	4:57	7	3:57	35	5:17	15.70	1:18:36	5:00	6	12:42	59	
Tour 6	1.40	6:04	4:19	6	0:59	22	1:46	17.10	1:24:40	4:57	6	13:41	58	
Dernier temps A	3.70	19:25	5:14	5	3:31	20	8:40	20.80	1:44:05	5:00	6	17:12	23	26:03