



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Ulbrich, Jens

Dossard: 621

Circuit: 20.80 km
Halbmarathon

Catégorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 1:47:57

Vitesse: 11.56 km/h
Kilométrage: 5:11 min/km

Place par parcours/Total: 36 (de 110)
Place par parcours/Hommes: 32 (de 92)
Meilleur temps dans le parcours: 1:18:02

Place par catégorie: 8(de 17)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:31:28

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	17:12	5:12	8	3:09	43	4:38	3.30	17:12	5:12	11			85	
Tour 2	1.70	9:40	5:41	7	1:44	34	2:34	5.00	26:52	5:22	11			85	
Tour 3	2.10	9:00	4:17	7	1:29	40	2:08	7.10	35:52	5:03	11			83	
Tour 4	4.95	27:42	5:35	9	5:20	45	7:32	12.05	1:03:34	5:16	10			80	
Tour 5	3.65	18:08	4:58	8	3:02	36	5:19	15.70	1:21:42	5:12	11			84	
Tour 6	1.40	6:10	4:24	6	0:46	28	1:52	17.10	1:27:52	5:08	11			83	
Dernier temps A	3.70	20:05	5:25	6	1:16	26	9:20	20.80	1:47:57	5:11	8	16:29	32	29:55	