



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Rose, Joachim

Association: Pingpank.de
Dossard: 537

Circuit: 20.80 km
Halbmarathon

Catégorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 1:48:20

Vitesse: 11.08 km/h
Kilométrage: 5:13 min/km

Place par parcours/Total: 38 (de 110)
Place par parcours/Hommes: 34 (de 92)
Meilleur temps dans le parcours: 1:18:02

Place par catégorie: 6(de 18)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:33:56

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	17:11	5:12	7	2:41	42	4:37	3.30	17:11	5:12	14		83		
Tour 2	1.70	9:45	5:44	7	1:24	40	2:39	5.00	26:56	5:23	14		79		
Tour 3	2.10	9:27	4:29	9	1:57	56	2:35	7.10	36:23	5:07	14		81		
Tour 4	4.95	26:58	5:26	5	3:40	29	6:48	12.05	1:03:21	5:15	14		77		
Tour 5	3.65	17:48	4:52	5	2:07	31	4:59	15.70	1:21:09	5:10	13	10:48	82		
Tour 6	1.40	6:13	4:26	5	0:40	30	1:55	17.10	1:27:22	5:06	13		69		
Dernier temps A	3.70	20:58	5:39	7	10:13	35	10:13	20.80	1:48:20	5:12	6	14:24	34	30:18	