



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Ringe, Thomas

Association: Hannover  
Dossard: 590

Circuit: 20.80 km  
Halbmarathon

Catégorie:  
Männer (20-29 Jahre)

Temps total: 1:48:39

Vitesse: 11.04 km/h  
Kilométrage: 5:13 min/km

Place par parcours/Total: 39 (de 110)  
Place par parcours/Hommes: 35 (de 92)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:18:02

Place par catégorie: 4(de 14)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:29:48

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	17:03	5:10	8	3:34	40	4:29	3.30	17:03	5:10	4	3:34	70		
Tour 2	1.70	9:36	5:38	7	1:25	33	2:30	5.00	26:39	5:19	4	4:59	70		
Tour 3	2.10	9:14	4:23	9	1:30	50	2:22	7.10	35:53	5:03	4	6:29	80		
Tour 4	4.95	26:40	5:23	3	4:04	26	6:30	12.05	1:02:33	5:11	3		76		
Tour 5	3.65	18:15	5:00	5	3:19	38	5:26	15.70	1:20:48	5:08	4	13:52	70		
Tour 6	1.40	6:27	4:36	3	1:05	38	2:09	17.10	1:27:15	5:06	4	14:57	80		
Dernier temps A	3.70	21:24	5:47	4	3:54	39	10:39	20.80	1:48:39	5:13	4	18:51	35	30:37	