



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Kaul, Frank

Association: Kenpokan
Dossard: 611

Circuit: 20.80 km
Halbmarathon

Catégorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 1:51:22

Vitesse: 10.78 km/h
Kilométrage: 5:21 min/km

Place par parcours/Total: 50 (de 110)
Place par parcours/Hommes: 42 (de 92)
Meilleur temps dans le parcours: 1:18:02

Place par catégorie: 7(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	17:30	5:18	8	3:00	49	4:56	3.30	17:30	5:18	13		19		
Tour 2	1.70	9:40	5:41	5	1:19	34	2:34	5.00	27:10	5:26	13		75		
Tour 3	2.10	8:51	4:12	6	1:21	35	1:59	7.10	36:01	5:04	13		73		
Tour 4	4.95	27:42	5:35	8	4:24	45	7:32	12.05	1:03:43	5:17	13		69		
Tour 5	3.65	19:21	5:18	10	3:40	52	6:32	15.70	1:23:04	5:17	12	12:43	74		
Tour 6	1.40	6:49	4:52	10	1:16	54	2:31	17.10	1:29:53	5:15	12		72		
Dernier temps Ar	3.70	21:29	5:48	8	10:44	41	10:44	20.80	1:51:22	5:21	7	17:26	42	33:20	