



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Reif, Arne

Association: Bremen
Dossard: 551

Circuit: 20.80 km
Halbmarathon

Catégorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 1:53:28

Vitesse: 11.00 km/h
Kilométrage: 5:28 min/km

Place par parcours/Total: 57 (de 110)
Place par parcours/Hommes: 48 (de 92)
Meilleur temps dans le parcours: 1:18:02

Place par catégorie: 7(de 14)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:18:02

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	18:17	5:32	11	5:43	64	5:43	3.30	18:17	5:32	7	5:43	21		
Tour 2	1.70	10:34	6:12	11	3:28	63	3:28	5.00	28:51	5:46	7	9:11	21		
Tour 3	2.10	8:50	4:12	8	1:58	33	1:58	7.10	37:41	5:18	7	11:05	22	1:03	
Tour 4	4.95	28:43	5:48	9	8:33	53	8:33	12.05	1:06:24	5:30	5	19:38	23		
Tour 5	3.65	19:26	5:19	9	6:37	56	6:37	15.70	1:25:50	5:28	7	26:14	22		
Tour 6	1.40	6:42	4:47	9	2:24	48	2:24	17.10	1:32:32	5:24	7	28:38	22		
Dernier temps Ar	3.70	20:56	5:39	7	6:48	34	10:11	20.80	1:53:28	5:27	7	35:26	48	35:26	