



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Tessmer, Holger

Association: TSV Barsinghausen
Dossard: 547

Circuit: 20.80 km
Halbmarathon

Catégorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 1:54:46

Vitesse: 10.46 km/h
Kilométrage: 5:31 min/km

Place par parcours/Total: 62 (de 110)
Place par parcours/Hommes: 53 (de 92)
Meilleur temps dans le parcours: 1:18:02

Place par catégorie: 9(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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	
Tour 1	3.30	17:40	5:21	10	5:06	54	5:06	3.30	17:40	5:21	9	5:06	18		
Tour 2	1.70	10:15	6:01	10	3:09	56	3:09	5.00	27:55	5:35	9	8:15	18		
Tour 3	2.10	9:08	4:20	9	2:16	43	2:16	7.10	37:03	5:13	9	10:27	17	0:25	
Tour 4	4.95	28:55	5:50	11	8:45	55	8:45	12.05	1:05:58	5:28	7	19:12	18		
Tour 5	3.65	19:54	5:27	11	7:05	65	7:05	15.70	1:25:52	5:28	9	26:16	17		
Tour 6	1.40	6:53	4:55	10	2:35	56	2:35	17.10	1:32:45	5:25	9	28:51	17		
Dernier temps A	3.70	22:01	5:57	9	7:53	50	11:16	20.80	1:54:46	5:31	9	36:44	53	36:44	