



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Liedtke, Dirk

Association: Walsrode
Dossard: 596

Circuit: 20.80 km
Halbmarathon

Catégorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 1:56:47

Vitesse: 10.28 km/h
Kilométrage: 5:37 min/km

Place par parcours/Total: 67 (de 110)
Place par parcours/Hommes: 58 (de 92)
Meilleur temps dans le parcours: 1:18:02

Place par catégorie: 13(de 16)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:26:53

| 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 | 19:12 | 5:49 | 13 | 5:43 | 70 | 6:38 | 3.30 | 19:12 | 5:49 | 13 | 5:01 | 1 | - | |
| Tour 2 | 1.70 | 10:12 | 6:00 | 11 | 2:24 | 55 | 3:06 | 5.00 | 29:24 | 5:52 | 13 | 7:17 | 1 | - | |
| Tour 3 | 2.10 | 10:04 | 4:47 | 13 | 2:38 | 64 | 3:12 | 7.10 | 39:28 | 5:33 | 13 | 9:39 | 12 | 2:50 | |
| Tour 4 | 4.95 | 29:07 | 5:52 | 13 | 7:11 | 58 | 8:57 | 12.05 | 1:08:35 | 5:41 | 11 | 16:50 | 1 | - | |
| Tour 5 | 3.65 | 19:27 | 5:19 | 12 | 5:18 | 57 | 6:38 | 15.70 | 1:28:02 | 5:36 | 13 | 22:08 | 12 | 2:06 | |
| Tour 6 | 1.40 | 7:11 | 5:07 | 14 | 2:06 | 65 | 2:53 | 17.10 | 1:35:13 | 5:34 | 13 | 24:14 | 12 | 2:13 | |
| Dernier temps A | 3.70 | 21:34 | 5:49 | 10 | 5:40 | 43 | 10:49 | 20.80 | 1:56:47 | 5:36 | 13 | 29:54 | 58 | 38:45 | |