



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Tielemann, Jens

Association: Laufftreff-Hannover.de  
Dossard: 592

Circuit: 20.80 km  
Halbmarathon

Catégorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 1:57:39

Vitesse: 10.20 km/h  
Kilométrage: 5:40 min/km

Place par parcours/Total: 69 (de 110)  
Place par parcours/Hommes: 60 (de 92)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:18:02

Place par catégorie: 12(de 17)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:31:28

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	18:01	5:27	11	3:58	61	5:27	3.30	18:01	5:27	7	0:48	11		
Tour 2	1.70	10:35	6:13	14	2:39	65	3:29	5.00	28:36	5:43	7	1:40	11		
Tour 3	2.10	9:22	4:27	9	1:51	54	2:30	7.10	37:58	5:20	7	1:36	10	1:20	
Tour 4	4.95	30:34	6:10	14	8:12	70	10:24	12.05	1:08:32	5:41	7	4:51	11		
Tour 5	3.65	19:23	5:18	12	4:17	55	6:34	15.70	1:27:55	5:35	7	6:02	10	1:59	
Tour 6	1.40	6:50	4:52	12	1:26	55	2:32	17.10	1:34:45	5:32	7	6:22	10	1:45	
Dernier temps A	3.70	22:54	6:11	13	4:05	62	12:09	20.80	1:57:39	5:39	12	26:11	60	39:37	