



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Großheim, Uwe

Association: Hannover  
Dossard: 580

Circuit: 20.80 km  
Halbmarathon

Catégorie:  
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 2:11:49

Vitesse: 9.10 km/h  
Kilométrage: 6:20 min/km

Place par parcours/Total: 91 (de 110)  
Place par parcours/Hommes: 77 (de 92)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:18:02

Place par catégorie: 14(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	16:25	4:58	5	1:55	29	3:51	3.30	16:25	4:58	6			40	
Tour 2	1.70	9:50	5:47	8	1:29	43	2:44	5.00	26:15	5:15	6			40	
Tour 3	2.10	8:54	4:14	7	1:24	36	2:02	7.10	35:09	4:57	6			38	
Tour 4	4.95	27:38	5:34	7	4:20	43	7:28	12.05	1:02:47	5:12	6			40	
Tour 5	3.65	34:52	9:33	18	19:11	92	22:03	15.70	1:37:39	6:13	5	27:18	39	11:43	
Tour 6	1.40	23:25	16:43	18	17:52	91	19:07	17.10	2:01:04	7:04	18	27:35	91	28:04	
Dernier temps A	3.70	10:45	2:54	1	-	1	-	20.80	2:11:49	6:20	14	37:53	77	53:47	