



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Crotiow, Martin

Association: Hannover 96
Dossard: 166

Circuit: 9.70 km
10 km-Lauf

Catégorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 45:28

Vitesse: 11.88 km/h
Kilométrage: 4:41 min/km

Place par parcours/Total: 5 (de 73)
Place par parcours/Hommes: 5 (de 49)
Meilleur temps dans le parcours: 38:37

Place par catégorie: 3(de 9)
Meilleur temps dans la catégorie: 38:37

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

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	17:48	5:23	3	2:33	5	2:33	3.30	17:48	5:23	3	2:33	29	
Tour 2	1.70	9:04	5:19	3	1:26	5	1:26	5.00	26:52	5:22	3	3:59	29	
Tour 3	2.10	8:03	3:50	3	1:10	5	1:10	7.10	34:55	4:55	3	5:07	29	
Dernier temps A	2.60	10:33	4:03	3	1:44	6	1:44	9.70	45:28	4:41	3	6:51	5	6:51