10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Blume, Jörg

Association: www.blume-physiotherapie.de
Dossard: 172

Circuit: 9.70 km
10 km-Lauf

Catégorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 46:44

Vitesse: 12.45 km/h
Kilométrage: 4:49 min/km

Place par parcours/Total: 7 (de 73)
Place par parcours/Hommes: 7 (de 49)
Meilleur temps dans le parcours: 38:37

Place par catégorie: 1(de 6)
Meilleur temps dans la catégorie: 46:44

Temps intermédiaires

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homme	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homme	Retard Hommes
Tour 1	3.30	18:19	5:33	1	-	6	3:04	3.30	18:19	5:33	1	-	31	
Tour 2	1.70	9:12	5:24	1	-	6	1:34	5.00	27:31	5:30	1	-	31	
Tour 3	2.10	8:25	4:00	1	-	8	1:32	7.10	35:56	5:03	1	-	31	
Dernier temps Ar	2.60	10:48	4:09	1	-	8	1:59	9.70	46:44	4:49	1	-	7	8:07