



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Oppermann, Detlef

Association: Post SV Lehrte
Dossard: 113

Circuit: 9.70 km
10 km-Lauf

Catégorie:
Senioren M60 (60-64 Jahre)

Temps total: 47:34

Vitesse: 11.35 km/h
Kilométrage: 4:54 min/km

Place par parcours/Total: 11 (de 73)

Place par parcours/Hommes: 9 (de 49)

Meilleur temps dans le parcours: 38:37

Place par catégorie: 1(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 47:34

Poste	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	18:25	5:34	1	-	7	3:10	3.30	18:25	5:34	1	-	33	
Tour 2	1.70	10:06	5:56	2	0:01	14	2:28	5.00	28:31	5:42	1	-	33	
Tour 3	2.10	8:00	3:48	1	-	4	1:07	7.10	36:31	5:08	1	-	33	
Dernier temps A	2.60	11:03	4:15	1	-	9	2:14	9.70	47:34	4:54	1	-	9	8:57