



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Freese, Niels

Association: Hannover
Dossard: 116

Circuit: 9.70 km
10 km-Lauf

Catégorie:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 49:41

Vitesse: 10.87 km/h
Kilométrage: 5:07 min/km

Place par parcours/Total: 18 (de 73)

Place par parcours/Hommes: 14 (de 49)

Meilleur temps dans le parcours: 38:37

Place par catégorie: 2(de 7)

Meilleur temps dans la catégorie: 47:25

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	19:40	5:57	3	1:14	16	4:25	3.30	19:40	5:57	2	1:14	38	
Tour 2	1.70	9:53	5:48	2	0:26	11	2:15	5.00	29:33	5:54	2	1:40	34	
Tour 3	2.10	8:52	4:13	2	0:24	16	1:59	7.10	38:25	5:24	2	2:04	38	
Dernier temps A	2.60	11:16	4:20	2	0:12	11	2:27	9.70	49:41	5:07	2	2:16	14	11:04