



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

**Bötnagel, Ralf**

Association: Hannover  
Dossard: 41

Circuit: 5.00 km  
5 km-Lauf

Catégorie:  
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 23:34

Vitesse: 12.73 km/h  
Kilométrage: 4:43 min/km

Place par parcours/Total: 8 (de 53)  
Place par parcours/Hommes: 7 (de 25)  
Meilleur temps dans le parcours: 19:07

Place par catégorie: 2(de 2)  
Meilleur temps dans la catégorie: 21:27

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	16:26	4:58	2	1:31	7	3:09	3.30	16:26	4:58	2	1:31	7	3:09
Dernier temps A	1.70	7:08	4:11	2	0:36	7	1:25	5.00	23:34	4:42	2	2:07	7	4:27