



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

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	19			
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		