



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Grethe, Michael

Association: DJK Sparta Langenhagen
Dossard: 141

Circuit: 9.70 km
10 km-Lauf

Catégorie:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Temps total: 51:04

Vitesse: 10.57 km/h
Kilométrage: 5:16 min/km

Place par parcours/Total: 26 (de 73)
Place par parcours/Hommes: 21 (de 49)
Meilleur temps dans le parcours: 38:37

Place par catégorie: 2(de 3)
Meilleur temps dans la catégorie: 48:39

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		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	19:25	5:53	2	0:53	12	4:10	3.30	19:25	5:53	2	0:53	45	
Tour 2	1.70	10:55	6:25	3	0:38	26	3:17	5.00	30:20	6:03	2	1:31	45	
Tour 3	2.10	9:09	4:21	2	0:42	19	2:16	7.10	39:29	5:33	2	2:13	45	
Dernier temps A	2.60	11:35	4:27	2	0:12	19	2:46	9.70	51:04	5:15	2	2:25	21	12:27