



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 | | Etape | | Etape | | Place | | Retard | | Place | | Retard | | Total | | Total | | Total | | Place | | Retard | | Place | | Retard | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|------|---|------|----|------|------|-------|------|---|------|----|-----------------|------|-------|------|---|------|----|------|------|-------|------|---|------|----|-------|
| | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Hommes | Hommes | catg. | catg. | Hommes | Hommes | catg. | catg. | Hommes | Hommes | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Hommes | Hommes | catg. | catg. | Hommes | Hommes | catg. | catg. | Hommes | Hommes | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |