11. Deisterberglauf
Barsinghausen / 28.09.2014

Exploitation détaillée

Kanzok, Rudolf

Association: Pingpank.de
Dossard: 342

Circuit: 9.70 km
10 km-Lauf

Catégorie:
Senioren M70 (70-74 Jahre)

Temps total: 59:13

Vitesse: 9.12 km/h
Kilométrage: 6:06 min/km

Place par parcours/Total: 44 (de 51)
Place par parcours/Hommes: 35 (de 39)
Meilleur temps dans le parcours: 34:28

Place par catégorie: 1(de 1)
Meilleur temps dans la catégorie: 59:13

Temps intermédiaires

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homme	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homme	Retard Hommes
Tour 1	3.30	21:51	6:37	1	-	37	9:09	3.30	21:51	6:37	1	-	16	2:08
Tour 2	1.70	12:15	7:12	1	-	32	5:18	5.00	34:06	6:49	1	-	16	2:12
Tour 3	2.10	10:57	5:12	1	-	34	4:31	7.10	45:03	6:20	1	-	16	1:47
Dernier temps Ar	2.60	14:10	5:26	1	-	32	5:47	9.70	59:13	6:06	1	-	35	24:45