



11. Deisterberglauf
Barsinghausen / 28.09.2014

Exploitation détaillée

Roehl, Jan

Association: TSV Barsinghausen Triathlon
Dossard: 796

Circuit: 20.80 km
Halbmarathon

Catégorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 1:36:06

Vitesse: 12.49 km/h
Kilométrage: 4:37 min/km

Place par parcours/Total: 24 (de 93)
Place par parcours/Hommes: 22 (de 81)
Meilleur temps dans le parcours: 1:13:11

Place par catégorie: 5(de 17)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:25:28

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	14:51	4:30	4	1:10	15	2:34	3.30	14:51	4:30	14			81	
Tour 2	1.70	8:23	4:55	4	0:28	15	1:43	5.00	23:14	4:38	14			51	
Tour 3	2.10	8:03	3:50	5	0:45	16	1:39	7.10	31:17	4:24	14			51	
Tour 4	4.95	24:59	5:02	4	1:54	20	5:41	12.05	56:16	4:40	14			81	
Tour 5	3.65	17:06	4:41	7	2:23	26	4:27	15.70	1:13:22	4:40	14			81	
Tour 6	1.40	6:05	4:20	7	0:56	23	1:33	17.10	1:19:27	4:38	14			81	
Dernier temps A	3.70	16:39	4:29	12	4:21	46	5:18	20.80	1:36:06	4:37	5	10:38	22	22:55	