



# 11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

## Exploitation détaillée

**Winter, Frank**

Association: Hannover 96 Triathlon  
Dossard: 793

Circuit: 20.80 km  
Halbmarathon

Catégorie:  
Senioren M35 (35-39 Jahre)

**Temps total: 1:38:50**

Vitesse: 12.14 km/h  
Kilométrage: 4:45 min/km

Place par parcours/Total: 31 (de 93)  
Place par parcours/Hommes: 29 (de 81)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:13:11

Place par catégorie: 3(de 6)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:30:33

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	15:25	4:40	2	0:32	22	3:08	3.30	15:25	4:40	3	0:32	73		
Tour 2	1.70	8:44	5:08	3	0:23	20	2:04	5.00	24:09	4:49	3	0:55	74		
Tour 3	2.10	8:14	3:55	2	0:11	19	1:50	7.10	32:23	4:33	3	1:06	74		
Tour 4	4.95	26:34	5:22	3	2:37	32	7:16	12.05	58:57	4:53	3	3:43	74		
Tour 5	3.65	17:41	4:50	4	2:07	33	5:02	15.70	1:16:38	4:52	3	5:50	74		
Tour 6	1.40	6:15	4:27	3	0:38	27	1:43	17.10	1:22:53	4:50	3	6:28	74		
Dernier temps A	3.70	15:57	4:18	4	1:49	35	4:36	20.80	1:38:50	4:45	3	8:17	29	25:39	