



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

Exploitation détaillée

Richter, Frank

Association: Hannover Athletics
Dossard: 750

Circuit: 20.80 km
Halbmarathon

Catégorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 1:42:47

Vitesse: 11.68 km/h
Kilométrage: 4:56 min/km

Place par parcours/Total: 41 (de 93)
Place par parcours/Hommes: 38 (de 81)
Meilleur temps dans le parcours: 1:13:11

Place par catégorie: 3(de 10)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:31:30

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	16:18	4:56	3	1:45	30	4:01	3.30	16:18	4:56	3	1:45	65		
Tour 2	1.70	9:04	5:19	3	0:36	32	2:24	5.00	25:22	5:04	3	2:21	65		
Tour 3	2.10	8:44	4:09	3	0:53	31	2:20	7.10	34:06	4:48	3	3:14	65		
Tour 4	4.95	28:41	5:47	3	4:01	42	9:23	12.05	1:02:47	5:12	3	7:15	65		
Tour 5	3.65	17:51	4:53	3	1:48	34	5:12	15.70	1:20:38	5:08	3	9:03	65		
Tour 6	1.40	6:24	4:34	3	0:34	34	1:52	17.10	1:27:02	5:05	3	9:37	65		
Dernier temps A	3.70	15:45	4:15	3	1:40	31	4:24	20.80	1:42:47	4:56	3	11:17	38	29:36	