



11. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 28.09.2014

Exploitation détaillée

Gebauer, Jan

Association: Hannover  
Dossard: 714

Circuit: 20.80 km  
Halbmarathon

Catégorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 1:53:59

Vitesse: 10.53 km/h  
Kilométrage: 5:29 min/km

Place par parcours/Total: 58 (de 93)  
Place par parcours/Hommes: 51 (de 81)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:13:11

Place par catégorie: 14(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                 | 19:15       | 5:50         | 16          | 5:34         | 63         | 6:58        | 3.30              | 19:15       | 5:50         | 5           | 2:53           | 1          | -           |  |
| Tour 2          | 1.70                 | 10:37       | 6:14         | 15          | 2:42         | 56         | 3:57        | 5.00              | 29:52       | 5:58         | 5           | 4:35           | 1          | -           |  |
| Tour 3          | 2.10                 | 10:54       | 5:11         | 16          | 3:36         | 67         | 4:30        | 7.10              | 40:46       | 5:44         | 5           | 6:24           | 1          | -           |  |
| Tour 4          | 4.95                 | 29:36       | 5:58         | 14          | 6:31         | 50         | 10:18       | 12.05             | 1:10:22     | 5:50         | 5           | 9:34           | 1          | -           |  |
| Tour 5          | 3.65                 | 19:28       | 5:19         | 14          | 4:45         | 47         | 6:49        | 15.70             | 1:29:50     | 5:43         | 5           | 10:58          | 1          | -           |  |
| Tour 6          | 1.40                 | 6:50        | 4:52         | 14          | 1:41         | 48         | 2:18        | 17.10             | 1:36:40     | 5:39         | 5           | 11:14          | 1          | -           |  |
| Dernier temps A | 3.70                 | 17:19       | 4:40         | 14          | 5:01         | 52         | 5:58        | 20.80             | 1:53:59     | 5:28         | 14          | 28:31          | 51         | 40:48       |  |