



**11. Deisterberglauf**  
Barsinghausen / 28.09.2014

**Exploitation détaillée**

**Modrow, Gerd**

Association: VHV Versicherungen  
Dossard: 737

Circuit: 20.80 km  
Halbmarathon

Catégorie:  
Senioren M50 (50-54 Jahre)

**Temps total: 1:55:30**

Vitesse: 10.39 km/h  
Kilométrage: 5:33 min/km

Place par parcours/Total: 62 (de 93)  
Place par parcours/Hommes: 55 (de 81)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:13:11

Place par catégorie: 4(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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	
Tour 1	3.30	19:13	5:49	7	4:40	60	6:56	3.30	19:13	5:49	4	4:40	8		
Tour 2	1.70	10:36	6:14	5	2:08	55	3:56	5.00	29:49	5:57	4	6:48	8		
Tour 3	2.10	9:33	4:32	4	1:42	45	3:09	7.10	39:22	5:32	4	8:30	8		
Tour 4	4.95	30:33	6:10	4	5:53	54	11:15	12.05	1:09:55	5:48	4	14:23	8		
Tour 5	3.65	20:58	5:44	4	4:55	61	8:19	15.70	1:30:53	5:47	4	19:18	8	1:03	
Tour 6	1.40	7:20	5:14	7	1:30	61	2:48	17.10	1:38:13	5:44	4	20:48	8	1:33	
Dernier temps A	3.70	17:17	4:40	4	3:12	51	5:56	20.80	1:55:30	5:33	4	24:00	55	42:19	