



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

Exploitation détaillée

Giesler, Bernd

Association: Helmstedter S V
Dossard: 715

Circuit: 20.80 km
Halbmarathon

Catégorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 2:13:35

Vitesse: 8.98 km/h
Kilométrage: 6:25 min/km

Place par parcours/Total: 86 (de 93)
Place par parcours/Hommes: 75 (de 81)
Meilleur temps dans le parcours: 1:13:11

Place par catégorie: 10(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	18:49	5:42	5	4:16	56	6:32	3.30	18:49	5:42	10	4:16	29		
Tour 2	1.70	10:41	6:17	6	2:13	59	4:01	5.00	29:30	5:54	10	6:29	29		
Tour 3	2.10	11:04	5:16	9	3:13	70	4:40	7.10	40:34	5:42	10	9:42	29		
Tour 4	4.95	34:07	6:53	9	9:27	74	14:49	12.05	1:14:41	6:11	10	19:09	29	4:19	
Tour 5	3.65	24:58	6:50	10	8:55	78	12:19	15.70	1:39:39	6:20	10	28:04	29	9:49	
Tour 6	1.40	9:14	6:35	9	3:24	77	4:42	17.10	1:48:53	6:22	10	31:28	29	12:13	
Dernier temps Ar	3.70	24:42	6:40	10	10:37	81	13:21	20.80	2:13:35	6:25	10	42:05	75	1:00:24	