



11. Deisterberglauf
Barsinghausen / 28.09.2014

Exploitation détaillée

Ziegenmeyer, Henning

Association: Hannover
Dossard: 339

Circuit: 9.70 km
10 km-Lauf

Catégorie:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 42:54

Vitesse: 13.57 km/h
Kilométrage: 4:25 min/km

Place par parcours/Total: 8 (de 51)

Place par parcours/Hommes: 6 (de 39)

Meilleur temps dans le parcours: 34:28

Place par catégorie: 2(de 8)

Meilleur temps dans la catégorie: 38:35

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Résultats d'étape		Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
	km	Temps				Place	Retard							
Tour 1	3.30	15:19	4:38	4	1:17	8	2:37	3.30	15:19	4:38	2	1:17	26	
Tour 2	1.70	8:52	5:12	3	0:51	6	1:55	5.00	24:11	4:50	2	2:08	26	
Tour 3	2.10	7:52	3:44	2	0:44	4	1:26	7.10	32:03	4:30	2	2:52	26	
Dernier temps A	2.60	10:51	4:10	2	1:27	7	2:28	9.70	42:54	4:25	2	4:19	6	8:26