



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

Exploitation détaillée

Redenius, Fokko

Association: Spvg Nds. Döhren Hannover
Dossard: 324

Circuit: 9.70 km
10 km-Lauf

Catégorie:
Senioren M65 (65-69 Jahre)

Temps total: 46:35

Vitesse: 11.59 km/h
Kilométrage: 4:48 min/km

Place par parcours/Total: 17 (de 51)
Place par parcours/Hommes: 14 (de 39)
Meilleur temps dans le parcours: 34:28

Place par catégorie: 1(de 1)
Meilleur temps dans la catégorie: 46:35

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

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	16:41	5:03	1	-	14	3:59	3.30	16:41	5:03	1	-	14	3:59
Tour 2	1.70	9:35	5:38	1	-	12	2:38	5.00	26:16	5:15	1	-	12	2:38
Tour 3	2.10	8:29	4:02	1	-	11	2:03	7.10	34:45	4:53	1	-	11	2:03
Dernier temps A	2.60	11:50	4:33	1	-	17	3:27	9.70	46:35	4:48	1	-	17	3:27