



11. Deisterberglauf
Barsinghausen / 28.09.2014

Exploitation détaillée

Saßen, Christoph

Association: Hannover
Dossard: 327

Circuit: 9.70 km
10 km-Lauf

Catégorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 47:23

Vitesse: 11.40 km/h
Kilométrage: 4:53 min/km

Place par parcours/Total: 20 (de 51)
Place par parcours/Hommes: 17 (de 39)
Meilleur temps dans le parcours: 34:28

Place par catégorie: 2(de 4)
Meilleur temps dans la catégorie: 41:35

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	17:29	5:17	2	2:56	17	4:47	3.30	17:29	5:17	2	2:56	2	
Tour 2	1.70	9:43	5:42	2	1:05	14	2:46	5.00	27:12	5:26	2	4:01	36	
Tour 3	2.10	8:44	4:09	2	0:44	15	2:18	7.10	35:56	5:03	2	4:45	37	
Dernier temps A	2.60	11:27	4:24	2	1:03	14	3:04	9.70	47:23	4:53	2	5:48	17	12:55