



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

Exploitation détaillée

Föhr, Jochen

Association: Enercity

Dossard: 348

Circuit: 9.70 km

10 km-Lauf

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 48:11

Vitesse: 12.08 km/h

Kilométrage: 4:58 min/km

Place par parcours/Total: 24 (de 51)

Place par parcours/Hommes: 21 (de 39)

Meilleur temps dans le parcours: 34:28

Place par catégorie: 7(de 13)

Meilleur temps dans la catégorie: 42:28

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	17:39	5:20	7	2:31	22	4:57	3.30	17:39	5:20	6	2:31	11	
Tour 2	1.70	10:07	5:57	8	1:10	23	3:10	5.00	27:46	5:33	6	3:41	11	
Tour 3	2.10	8:45	4:09	6	0:51	17	2:19	7.10	36:31	5:08	6	4:32	11	
Dernier temps A	2.60	11:40	4:29	6	1:11	16	3:17	9.70	48:11	4:58	6	5:43	20	13:43