



11. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 28.09.2014

Exploitation détaillée

Jankowsky, Dirk

Association: SVE Hiddestorf  
Dossard: 352

Circuit: 9.70 km  
10 km-Lauf

Catégorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 51:38

Vitesse: 10.46 km/h  
Kilométrage: 5:19 min/km

Place par parcours/Total: 29 (de 51)  
Place par parcours/Hommes: 23 (de 39)  
Meilleur temps dans le parcours: 34:28

Place par catégorie: 9(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	18:32	5:36	9	3:24	24	5:50	3.30	18:32	5:36	9	3:24	4	
Tour 2	1.70	9:49	5:46	5	0:52	17	2:52	5.00	28:21	5:40	9	4:16	4	
Tour 3	2.10	10:09	4:49	10	2:15	27	3:43	7.10	38:30	5:25	9	6:31	4	
Dernier temps A	2.60	13:08	5:03	10	2:39	27	4:45	9.70	51:38	5:19	9	9:10	23	17:10