



# 11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

## Exploitation détaillée

**Kaul, Alex**

Association: Diakonie  
Dossard: 316

Circuit: 9.70 km  
10 km-Lauf

Catégorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

**Temps total: 51:50**

Vitesse: 10.42 km/h  
Kilométrage: 5:20 min/km

Place par parcours/Total: 30 (de 51)  
Place par parcours/Hommes: 24 (de 39)  
Meilleur temps dans le parcours: 34:28

Place par catégorie: 2(de 4)  
Meilleur temps dans la catégorie: 44:55

### 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	19:09	5:48	2	3:24	28	6:27	3.30	19:09	5:48	2	3:24	5	
Tour 2	1.70	10:45	6:19	2	1:01	26	3:48	5.00	29:54	5:58	2	4:25	5	
Tour 3	2.10	9:28	4:30	2	1:09	24	3:02	7.10	39:22	5:32	2	5:34	5	
Dernier temps A	2.60	12:28	4:47	2	1:21	24	4:05	9.70	51:50	5:20	2	6:55	24	17:22