



# 10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

## Detalizēti rezultāti

**Bode, Sascha**

Klubs: Tennisverein Eldagsen  
Numurs: 123

Posms: 9.70 km  
10 km-Lauf

Grupa:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 55:34

Ātrums: 10.47 km/h  
Skrējiena izpildījums: 5:44 min/km

Vieta distancē/Kopā: 43 (no 73)

Vieta distancē/Vīrieši: 32 (no 49)

Distances labākais laiks: 38:37

Vieta grupā: 7(no 10)

Grupas labākais laiks: 44:38

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši
Aplis 1	3.30	21:11	6:25	7	3:52	33	5:56	3.30	21:11	6:25	7	3:52	8	0:06
Aplis 2	1.70	11:16	6:37	6	2:19	30	3:38	5.00	32:27	6:29	7	6:11	8	
Aplis 3	2.10	10:11	4:50	7	2:05	34	3:18	7.10	42:38	6:00	7	8:16	8	
Pēdējais aplis fin	2.60	12:56	4:58	7	2:40	34	4:07	9.70	55:34	5:43	7	10:56	32	16:57