



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detalizēti rezultāti

Heiming, Ralf

Klubs: Barsinghausen
Numurs: 152

Posms: 9.70 km
10 km-Lauf

Grupa:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Kopējais laiks: 56:31

Ātrums: 9.55 km/h
Skrējiena izpildījums: 5:50 min/km

Vieta distancē/Kopā: 45 (no 73)

Vieta distancē/Vīrieši: 33 (no 49)

Distances labākais laiks: 38:37

Vieta grupā: 4(no 6)

Grupas labākais laiks: 46:44

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vīrieši	Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vīrieši	Vīrieši
Aplis 1	3.30	22:01	6:40	4	3:42	35	6:46	3.30	22:01	6:40	4	3:42	9	0:56
Aplis 2	1.70	11:56	7:01	5	2:44	39	4:18	5.00	33:57	6:47	4	6:26	9	1:08
Aplis 3	2.10	9:43	4:37	5	1:18	30	2:50	7.10	43:40	6:09	4	7:44	9	
Pēdējais aplis fin	2.60	12:51	4:56	4	2:03	32	4:02	9.70	56:31	5:49	4	9:47	33	17:54