



10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

Detalizēti rezultāti

Kanzok, Rudolf

Klubs: pingpank.de

Numurs: 167

Posms: 9.70 km

10 km-Lauf

Grupa:

Senioren M70 (70-74 Jahre)

Kopējais laiks: 1:00:10

Ātrums: 8.98 km/h

Skrējiena izpildījums: 6:12 min/km

Vieta distancē/Kopā: 57 (no 73)

Vieta distancē/Vīrieši: 40 (no 49)

Distances labākais laiks: 38:37

Vieta grupā: 2(no 2)

Grupas labākais laiks: 50:36

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	24:12	7:20	2	4:24	44	8:57	3.30	24:12	7:20	2	4:24	16	3:07
Aplis 2	1.70	11:45	6:54	2	2:02	37	4:07	5.00	35:57	7:11	2	6:26	16	3:08
Aplis 3	2.10	10:57	5:12	2	2:00	43	4:04	7.10	46:54	6:36	2	8:26	16	3:10
Pēdējais aplis fin	2.60	13:16	5:06	2	1:08	37	4:27	9.70	1:00:10	6:12	2	9:34	40	21:33