



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detalizēti rezultāti

Lenfers, Ansgar

Klubs: Hannover
Numurs: 563

Posms: 20.80 km
Halbmarathon

Grupa:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 1:26:53

Ātrums: 14.36 km/h
Skrējiena izpildījums: 4:11 min/km

Vieta distancē/Kopā: 4 (no 110)
Vieta distancē/Vīrieši: 4 (no 92)
Distances labākais laiks: 1:18:02

Vieta grupā: 1(no 16)
Grupās labākais laiks: 1:26:53

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	14:11	4:17	2	0:42	10	1:37	3.30	14:11	4:17	1	-	67	
Aplis 2	1.70	7:56	4:40	2	0:08	6	0:50	5.00	22:07	4:25	1	-	67	
Aplis 3	2.10	7:42	3:39	2	0:16	12	0:50	7.10	29:49	4:11	1	-	66	
Aplis 4	4.95	21:56	4:25	1	-	4	1:46	12.05	51:45	4:17	1	-	61	
Aplis 5	3.65	14:09	3:52	1	-	4	1:20	15.70	1:05:54	4:11	1	-	67	
Aplis 6	1.40	5:05	3:37	1	-	4	0:47	17.10	1:10:59	4:09	1	-	66	
Pēdējais aplis fin	3.70	15:54	4:17	1	-	5	5:09	20.80	1:26:53	4:10	1	-	4	8:51