



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detalizēti rezultāti

Kumrow, Thomas

Klubs: LG Pingpank üstra
Numurs: 500

Posms: 20.80 km
Halbmarathon

Grupa:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 1:53:54

Ātrums: 10.54 km/h
Skrējiena izpildījums: 5:29 min/km

Vieta distancē/Kopā: 58 (no 110)

Vieta distancē/Vīrieši: 49 (no 92)

Distances labākais laiks: 1:18:02

Vieta grupā: 11(no 16)

Grupas labākais laiks: 1:26:53

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts							Kopējais rezultāts						
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkum: grupā	Vietāztrūkums: grupā	Vietāztrūkums: Vīrieši	Vietāztrūkums: Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkum: grupā	Vietāztrūkums: grupā	Vietāztrūkums: Vīrieši	Vietāztrūkums: Vīrieši
Aplis 1	3.30	17:37	5:20	11	4:08	51	5:03	3.30	17:37	5:20	11	3:26	22	
Aplis 2	1.70	9:58	5:51	10	2:10	50	2:52	5.00	27:35	5:30	11	5:28	22	
Aplis 3	2.10	9:19	4:26	11	1:53	53	2:27	7.10	36:54	5:11	11	7:05	21	0:16
Aplis 4	4.95	29:03	5:52	11	7:07	56	8:53	12.05	1:05:57	5:28	9	14:12	22	
Aplis 5	3.65	19:14	5:16	11	5:05	51	6:25	15.70	1:25:11	5:25	11	19:17	21	
Aplis 6	1.40	6:58	4:58	12	1:53	58	2:40	17.10	1:32:09	5:23	11	21:10	21	
Pēdējais aplis fin	3.70	21:45	5:52	13	5:51	46	11:00	20.80	1:53:54	5:28	11	27:01	49	35:52