



10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

Detalizēti rezultāti

Kolthof, Thomas

Klubs: LG Hannover

Numurs: 149

Posms: 9.70 km

10 km-Lauf

Grupa:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 44:38

Ātrums: 13.04 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:36 min/km

Vieta distancē/Kopā: 4 (no 73)

Vieta distancē/Vīrieši: 4 (no 49)

Distances labākais laiks: 38:37

Vieta grupā: 1(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	17:19	5:14	1	-	4	2:04	3.30	17:19	5:14	1	-	4	28
Aplis 2	1.70	8:57	5:15	1	-	4	1:19	5.00	26:16	5:15	1	-	4	28
Aplis 3	2.10	8:06	3:51	1	-	6	1:13	7.10	34:22	4:50	1	-	6	28
Pēdējais aplis fin	2.60	10:16	3:56	1	-	4	1:27	9.70	44:38	4:36	1	-	4	6:01