



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Detalizēti rezultāti

Zilz, Stefan

Klubs: Wunstorf  
Numurs: 161

Posms: 9.70 km  
10 km-Lauf

Grupa:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 46:36

Ātrums: 11.59 km/h  
Skrējiena izpildījums: 4:48 min/km

Vieta distancē/Kopā: 6 (no 73)  
Vieta distancē/Vīrieši: 6 (no 49)  
Distances labākais laiks: 38:37

Vieta grupā: 2(no 10)  
Grupās 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	18:27	5:35	2	1:08	9	3:12	3.30	18:27	5:35	2	1:08	30	
Aplis 2	1.70	9:20	5:29	2	0:23	7	1:42	5.00	27:47	5:33	2	1:31	30	
Aplis 3	2.10	8:13	3:54	2	0:07	7	1:20	7.10	36:00	5:04	2	1:38	30	
Pēdējais aplis fin	2.60	10:36	4:04	2	0:20	7	1:47	9.70	46:36	4:48	2	1:58	6	7:59