



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detalizēti rezultāti

Förster, Frank

Klubs: Hannover
Numurs: 130

Posms: 9.70 km
10 km-Lauf

Grupa:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 49:22

Ātrums: 10.94 km/h
Skrējiena izpildījums: 5:05 min/km

Vieta distancē/Kopā: 15 (no 73)

Vieta distancē/Vīrieši: 12 (no 49)

Distances labākais laiks: 38:37

Vieta grupā: 3(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	19:18	5:50	3	1:59	11	4:03	3.30	19:18	5:50	3	1:59	36	
Aplis 2	1.70	10:09	5:58	4	1:12	15	2:31	5.00	29:27	5:53	3	3:11	36	
Aplis 3	2.10	8:31	4:03	4	0:25	12	1:38	7.10	37:58	5:20	3	3:36	36	
Pēdējais aplis fin	2.60	11:24	4:23	5	1:08	15	2:35	9.70	49:22	5:05	3	4:44	12	10:45