



10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

Detalizēti rezultāti

Plaß, Karsten

Klubs: Laatzen
Numurs: 120

Posms: 9.70 km
10 km-Lauf

Grupa:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Kopējais laiks: 54:24

Ātrums: 9.93 km/h
Skrējiena izpildījums: 5:37 min/km

Vieta distancē/Kopā: 39 (no 73)

Vieta distancē/Vīrieši: 29 (no 49)

Distances labākais laiks: 38:37

Vieta grupā: 5(no 9)

Grupas labākais laiks: 38:37

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	20:33	6:13	5	5:18	25	5:18	3.30	20:33	6:13	5	5:18	5	
Aplis 2	1.70	11:01	6:28	6	3:23	29	3:23	5.00	31:34	6:18	5	8:41	5	
Aplis 3	2.10	10:03	4:47	5	3:10	33	3:10	7.10	41:37	5:51	5	11:49	4	
Pēdējais aplis fin	2.60	12:47	4:54	5	3:58	31	3:58	9.70	54:24	5:36	5	15:47	29	15:47