



10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

Detalizēti rezultāti

Seja, Martin

Klubs: Langenhagen

Numurs: 162

Posms: 9.70 km

10 km-Lauf

Grupa:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Kopējais laiks: 54:52

Ātrums: 9.84 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:40 min/km

Vieta distancē/Kopā: 41 (no 73)

Vieta distancē/Vīrieši: 30 (no 49)

Distances labākais laiks: 38:37

Vieta grupā: 2(no 2)

Grupas labākais laiks: 53:03

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	21:05	6:23	2	0:09	30	5:50	3.30	21:05	6:23	2	0:09	1	-
Aplis 2	1.70	11:25	6:42	2	0:39	32	3:47	5.00	32:30	6:30	2	0:48	6	
Aplis 3	2.10	9:48	4:40	2	0:21	31	2:55	7.10	42:18	5:57	2	1:09	6	
Pēdējais aplis fin	2.60	12:34	4:49	2	0:40	29	3:45	9.70	54:52	5:39	2	1:49	30	16:15