



11. Deisterberglauf
Barsinghausen / 28.09.2014

Detalizēti rezultāti

Ahrens, Karsten

Klubs: LG Pingpank/ūstra
Numurs: 341

Posms: 9.70 km
10 km-Lauf

Grupa:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 1:04:08

Ātrums: 9.07 km/h
Skrējiena izpildījums: 6:37 min/km

Vieta distancē/Kopā: 51 (no 51)
Vieta distancē/Vīrieši: 39 (no 39)
Distances labākais laiks: 34:28

Vieta grupā: 13(no 13)
Grupā labākais laiks: 42:28

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	22:33	6:50	13	7:25	39	9:51	3.30	22:33	6:50	13	7:25	20	2:50
Aplis 2	1.70	12:54	7:35	13	3:57	38	5:57	5.00	35:27	7:05	13	11:22	20	3:33
Aplis 3	2.10	12:28	5:56	13	4:34	39	6:02	7.10	47:55	6:44	13	15:56	20	4:39
Pēdējais aplis fin	2.60	16:13	6:14	13	5:44	38	7:50	9.70	1:04:08	6:36	13	21:40	39	29:40