



# 11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

## Detalizēti rezultāti

**Plog, Dennis**

Klubs: PzGrenBtl 401  
Numurs: 743

Posms: 20.80 km  
Halbmarathon

Grupa:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

**Kopējais laiks: 1:42:17**

Ātrums: 11.73 km/h  
Skrējiena izpildījums: 4:55 min/km

Vieta distancē/Kopā: 39 (no 93)

Vieta distancē/Vīrieši: 36 (no 81)

Distances labākais laiks: 1:13:11

Vieta grupā: 10(no 17)

Grupas labākais laiks: 1:25:28

## 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            | 15:30       | 4:41         | 7                   | 1:49                 | 24                     | 3:13                   | 3.30               | 15:30      | 4:41        | 9                   |                      | 67                     |                        |
| Aplis 2            | 1.70            | 9:21        | 5:30         | 10                  | 1:26                 | 36                     | 2:41                   | 5.00               | 24:51      | 4:58        | 9                   |                      | 67                     |                        |
| Aplis 3            | 2.10            | 9:09        | 4:21         | 11                  | 1:51                 | 40                     | 2:45                   | 7.10               | 34:00      | 4:47        | 9                   |                      | 67                     |                        |
| Aplis 4            | 4.95            | 28:14       | 5:42         | 11                  | 5:09                 | 38                     | 8:56                   | 12.05              | 1:02:14    | 5:09        | 9                   | 1:26                 | 67                     |                        |
| Aplis 5            | 3.65            | 18:36       | 5:05         | 10                  | 3:53                 | 38                     | 5:57                   | 15.70              | 1:20:50    | 5:08        | 9                   | 1:58                 | 67                     |                        |
| Aplis 6            | 1.40            | 6:17        | 4:29         | 9                   | 1:08                 | 31                     | 1:45                   | 17.10              | 1:27:07    | 5:05        | 9                   | 1:41                 | 67                     |                        |
| Pēdējais aplis fin | 3.70            | 15:10       | 4:05         | 7                   | 2:52                 | 27                     | 3:49                   | 20.80              | 1:42:17    | 4:55        | 10                  | 16:49                | 36                     | 29:06                  |