



11. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 28.09.2014

Detalizēti rezultāti

Rahm, Lars

Numurs: 779

Posms: 20.80 km  
Halbmarathon

Grupa:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Kopējais laiks: 1:54:16

Ātrums: 10.92 km/h  
Skrējiena izpildījums: 5:29 min/km

Vieta distancē/Kopā: 59 (no 93)

Vieta distancē/Vīrieši: 52 (no 81)

Distances labākais laiks: 1:13:11

Vieta grupā: 15(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	18:15	5:31	14	4:34	53	5:58	3.30	18:15	5:31	4	1:53	11	
Aplis 2	1.70	10:57	6:26	16	3:02	65	4:17	5.00	29:12	5:50	4	3:55	11	
Aplis 3	2.10	10:04	4:47	15	2:46	58	3:40	7.10	39:16	5:31	4	4:54	11	
Aplis 4	4.95	30:34	6:10	15	7:29	55	11:16	12.05	1:09:50	5:47	4	9:02	11	
Aplis 5	3.65	20:01	5:29	15	5:18	52	7:22	15.70	1:29:51	5:43	4	10:59	11	0:01
Aplis 6	1.40	6:53	4:55	15	1:44	50	2:21	17.10	1:36:44	5:39	4	11:18	11	0:04
Pēdējais aplis fin	3.70	17:32	4:44	15	5:14	53	6:11	20.80	1:54:16	5:29	15	28:48	52	41:05