



11. Deisterberglauf
Barsinghausen / 28.09.2014

Detalizēti rezultāti

Tischendorf, Frank

Klubs: we run for fun
Numurs: 333

Posms: 9.70 km
10 km-Lauf

Grupa:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 47:53

Ātrums: 11.28 km/h
Skrējiena izpildījums: 4:56 min/km

Vieta distancē/Kopā: 23 (no 51)
Vieta distancē/Vīrieši: 19 (no 39)
Distances labākais laiks: 34:28

Vieta grupā: 5(no 13)
Grupās labākais laiks: 42:28

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	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	17:38	5:20	6	2:30	21	4:56	3.30	17:38	5:20	5	2:30	21	39
Aplis 2	1.70	9:58	5:51	7	1:01	21	3:01	5.00	27:36	5:31	5	3:31	21	39
Aplis 3	2.10	8:44	4:09	5	0:50	15	2:18	7.10	36:20	5:07	5	4:21	15	39
Pēdējais aplis fin	2.60	11:33	4:26	5	1:04	15	3:10	9.70	47:53	4:56	5	5:25	19	13:25