



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Deperest, Nagali

Startnummer: 169

Strecke: 9,70 km
10 km-Lauf

Kategorie:
Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 56:43

Geschwindigkeit: 10,26 km/h
Laufleistung: 5:51 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 47 (von 73)

Strecken-Platzierung/Frauen: 14 (von 24)

Bestzeit der Strecke: 46:57

Kategorie-Platzierung: 2(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 54:37

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen
Runde 1	3,30	22:11	6:43	2	0:42	13	3:33	3,30	22:11	6:43	2	0:42	12	
Runde 2	1,70	12:12	7:10	2	0:37	17	2:45	5,00	34:23	6:52	2	1:19	12	0:48
Runde 3	2,10	9:37	4:34	2	0:12	10	1:36	7,10	44:00	6:11	2	1:31	12	0:15
Letzte Runde Zie	2,60	12:43	4:53	2	0:35	12	2:03	9,70	56:43	5:50	2	2:06	14	9:46