



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Lutz, Claudia

Verein: W98  
Startnummer: 132

Strecke: 9,70 km  
10 km-Lauf

Kategorie:  
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:01:37

Geschwindigkeit: 8,76 km/h  
Laufleistung: 6:21 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 62 (von 73)  
Strecken-Platzierung/Frauen: 19 (von 24)  
Bestzeit der Strecke: 46:57

Kategorie-Platzierung: 8(von 8)  
Bestzeit in der Kategorie: 47:52

Zwischenzeiten				Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
Kontrolle	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	23:58	7:15	8	5:20	18	5:20	3,30	23:58	7:15	8	5:20	7	1:41
Runde 2	1,70	12:10	7:09	7	2:43	16	2:43	5,00	36:08	7:13	8	8:03	7	2:33
Runde 3	2,10	11:18	5:22	8	2:41	19	3:17	7,10	47:26	6:40	8	10:44	7	3:41
Letzte Runde Zie	2,60	14:11	5:27	8	3:01	19	3:31	9,70	1:01:37	6:21	8	13:45	19	14:40