



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Köritz, Heike

Verein: Wunstorf
Startnummer: 115

Strecke: 9,70 km
10 km-Lauf

Kategorie:
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:05:58

Geschwindigkeit: 8,19 km/h
Laufleistung: 6:48 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 69 (von 73)
Strecken-Platzierung/Frauen: 22 (von 24)
Bestzeit der Strecke: 46:57

Kategorie-Platzierung: 6(von 7)
Bestzeit in der Kategorie: 47:18

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	25:26	7:42	6	6:37	22	6:48	3,30	25:26	7:42	6	6:37	4	3:09
Runde 2	1,70	13:25	7:53	6	3:50	20	3:58	5,00	38:51	7:46	6	10:27	4	5:16
Runde 3	2,10	11:48	5:37	6	3:34	21	3:47	7,10	50:39	7:08	6	14:01	4	6:54
Letzte Runde Zie	2,60	15:19	5:53	6	4:39	23	4:39	9,70	1:05:58	6:48	6	18:40	22	19:01