



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Giesler, Iris

Verein: TSV Kirchdorf
Startnummer: 34

Strecke: 5,00 km
5 km-Lauf

Kategorie:
Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 25:34

Geschwindigkeit: 11,73 km/h
Laufleistung: 5:07 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 18 (von 53)
Strecken-Platzierung/Frauen: 4 (von 28)
Bestzeit der Strecke: 21:30

Kategorie-Platzierung: 1(von 3)
Bestzeit in der Kategorie: 25:34

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	17:37	5:20	1	-	3	2:23	3,30	17:37	5:20	1	-	26	
Letzte Runde Ziel	1,70	7:57	4:40	1	-	8	1:41	5,00	25:34	5:06	1	-	4	4:04