



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Heinze, Ines

Verein: LT SC Bad Münde  
Startnummer: 597

Strecke: 20,80 km  
Halbmarathon

Kategorie:  
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 2:03:01

Geschwindigkeit: 9,75 km/h  
Laufleistung: 5:55 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 77 (von 110)

Strecken-Platzierung/Frauen: 11 (von 18)

Bestzeit der Strecke: 1:37:09

Kategorie-Platzierung: 2(von 5)

Bestzeit in der Kategorie: 1:51:58

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	18:46	5:41	3	1:09	12	4:25	3,30	18:46	5:41	2	1:09	9	0:15
Runde 2	1,70	10:51	6:22	2	0:48	10	2:37	5,00	29:37	5:55	2	1:57	9	
Runde 3	2,10	9:51	4:41	2	0:58	11	2:13	7,10	39:28	5:33	2	2:55	8	
Runde 4	4,95	31:32	6:22	3	2:35	11	8:15	12,05	1:11:00	5:53	2	5:30	9	
Runde 5	3,65	20:32	5:37	2	1:39	11	4:59	15,70	1:31:32	5:49	2	7:09	8	0:11
Runde 6	1,40	7:16	5:11	2	0:41	12	3:57	17,10	1:38:48	5:46	2	7:50	9	0:35
Letzte Runde Ziel	3,70	24:13	6:32	2	3:13	12	4:48	20,80	2:03:01	5:54	2	11:03	11	25:52