



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Kaestner, Sabine

Verein: Masters of Annatum
Startnummer: 546

Strecke: 20,80 km
Halbmarathon

Kategorie:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 2:58:05

Geschwindigkeit: 6,74 km/h
Laufleistung: 8:34 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 109 (von 110)

Strecken-Platzierung/Frauen: 18 (von 18)

Bestzeit der Strecke: 1:37:09

Kategorie-Platzierung: 5(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	24:30	7:25	5	6:53	18	10:09	3,30	24:30	7:25	5	6:53	2	5:59		
Runde 2	1,70	13:30	7:56	5	3:27	16	5:16	5,00	38:00	7:35	5	10:20	2	7:51		
Runde 3	2,10	16:27	7:49	5	7:34	18	8:49	7,10	54:27	7:40	5	17:54	2	14:39		
Runde 4	4,95	44:36	9:00	5	15:39	18	21:19	12,05	1:39:03	8:13	5	33:33	2	27:17		
Runde 5	3,65	30:03	8:13	5	11:10	18	14:30	15,70	2:09:06	8:13	5	44:43	2	37:45		
Runde 6	1,40	19:58	14:15	5	13:23	18	16:39	17,10	2:29:04	8:43	5	58:06	2	50:51		
Letzte Runde Ziel	3,70	29:01	7:50	5	8:01	16	9:36	20,80	2:58:05	8:33	5	1:06:07	18	1:20:56		