



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Henze, Nadine

Verein: Harsum  
Startnummer: 47

Strecke: 5,00 km  
5 km-Lauf

Kategorie:  
Frauen (20-29 Jahre)

Gesamt-Zeit: 26:31

Geschwindigkeit: 11,31 km/h  
Laufleistung: 5:18 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 26 (von 53)

Strecken-Platzierung/Frauen: 8 (von 28)

Bestzeit der Strecke: 21:30

Kategorie-Platzierung: 1(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 26:31

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen				km	Zeit	min/km	Kat.
Runde 1	3,30	18:54	5:43	1	-	8	3:40	3,30	18:54	5:43	1	-	23	
Letzte Runde Zie	1,70	7:37	4:28	1	-	5	1:21	5,00	26:31	5:18	1	-	8	5:01