



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Montag, Monika

Verein: lifeline Freizeithof List Hannover
Startnummer: 11

Strecke: 5,00 km
5 km-Lauf

Kategorie:
Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 30:03

Geschwindigkeit: 9,98 km/h
Laufleistung: 6:01 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 37 (von 53)
Strecken-Platzierung/Frauen: 15 (von 28)
Bestzeit der Strecke: 21:30

Kategorie-Platzierung: 1(von 2)
Bestzeit in der Kategorie: 30:03

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	20:44	6:16	1	-	14	5:30	3,30	20:44	6:16	1	-	1	-
Letzte Runde Ziel	1,70	9:19	5:28	1	-	17	3:03	5,00	30:03	6:00	1	-	15	8:33