



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Hannelore, Lyda

Verein: Dets Race Team
Startnummer: 164

Strecke: 9,70 km
10 km-Lauf

Kategorie:
Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 46:57

Geschwindigkeit: 11,50 km/h
Laufleistung: 4:50 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 8 (von 73)
Strecken-Platzierung/Frauen: 1 (von 24)
Bestzeit der Strecke: 46:57

Kategorie-Platzierung: 1(von 2)
Bestzeit in der Kategorie: 46:57

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	18:38	5:38	1	-	1	-	3,30	18:38	5:38	1	-	13	
Runde 2	1,70	9:27	5:33	1	-	1	-	5,00	28:05	5:36	1	-	13	
Runde 3	2,10	8:01	3:49	1	-	1	-	7,10	36:06	5:05	1	-	13	
Letzte Runde Zie	2,60	10:51	4:10	1	-	2	0:11	9,70	46:57	4:50	1	-	1	-