



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: 12,40 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 | - |