



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Meier, Sabine

Verein: TuS Bothfeld  
Startnummer: 160

Strecke: 9,70 km  
10 km-Lauf

Kategorie:  
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 47:52

Geschwindigkeit: 12,16 km/h  
Laufleistung: 4:56 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 12 (von 73)  
Strecken-Platzierung/Frauen: 3 (von 24)  
Bestzeit der Strecke: 46:57

Kategorie-Platzierung: 1(von 8)  
Bestzeit in der Kategorie: 47:52

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	8:37	4:06	1	-	4	0:36	7,10	36:42	5:10	1	-	23	
Letzte Runde Zie	2,60	11:10	4:17	1	-	4	0:30	9,70	47:52	4:56	1	-	3	0:55