



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detailauswertung

Kaschorek, Maike

Verein: pingpank.de
Startnummer: 119

Strecke: 9,70 km
10 km-Lauf

Kategorie:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 50:02

Geschwindigkeit: 10,79 km/h
Laufleistung: 5:10 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 20 (von 73)
Strecken-Platzierung/Frauen: 5 (von 24)
Bestzeit der Strecke: 46:57

Kategorie-Platzierung: 3(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	19:31	5:54	3	0:53	5	0:53	3,30	19:31	5:54	3	0:53	21	
Runde 2	1,70	10:14	6:01	3	0:47	6	0:47	5,00	29:45	5:57	3	1:40	21	
Runde 3	2,10	8:38	4:06	2	0:01	5	0:37	7,10	38:23	5:24	2	1:41	21	
Letzte Runde Zie	2,60	11:39	4:28	3	0:29	6	0:59	9,70	50:02	5:09	3	2:10	5	3:05