



# 11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

## Detailauswertung

### Wanjiku Wangai-Senft, Benedict

Verein: Diakonie  
Startnummer: 116

Strecke: 5,00 km  
5 km-Lauf

Kategorie:  
Frauen (20-29 Jahre)

Gesamt-Zeit: 24:13

Geschwindigkeit: 12,39 km/h  
Laufleistung: 4:50 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 7 (von 30)

Strecken-Platzierung/Frauen: 2 (von 15)

Bestzeit der Strecke: 21:43

Kategorie-Platzierung: 1(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 24:13

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen				km	Zeit	min/km	Kat.
Runde 1	3,30	16:46	5:04	1	-	2	1:32	3,30	16:46	5:04	1	-	2	1:32
Letzte Runde Ziel	1,70	7:27	4:22	1	-	4	0:58	5,00	24:13	4:50	1	-	2	2:30