



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 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	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