



11. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 28.09.2014

Detailauswertung

Lofski, Nadine

Verein: Tus Wunstorf  
Startnummer: 343

Strecke: 9,70 km  
10 km-Lauf

Kategorie:  
Frauen (20-29 Jahre)

Gesamt-Zeit: 40:59

Geschwindigkeit: 13,18 km/h  
Laufleistung: 4:14 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 4 (von 51)  
Strecken-Platzierung/Frauen: 1 (von 12)  
Bestzeit der Strecke: 40:59

Kategorie-Platzierung: 1(von 2)  
Bestzeit in der Kategorie: 40:59

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	14:45	4:28	1	-	1	-	3,30	14:45	4:28	1	-	1	-
Runde 2	1,70	8:02	4:43	1	-	1	-	5,00	22:47	4:33	1	-	1	-
Runde 3	2,10	7:44	3:40	1	-	2	0:15	7,10	30:31	4:17	1	-	1	-
Letzte Runde Zie	2,60	10:28	4:01	1	-	2	0:03	9,70	40:59	4:13	1	-	1	-