



11. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 28.09.2014

Detailauswertung

Trüstedt, Agnes

Verein: Herdecke  
Startnummer: 115

Strecke: 5,00 km  
5 km-Lauf

Kategorie:  
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 28:47

Geschwindigkeit: 10,42 km/h  
Laufleistung: 5:46 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 16 (von 30)  
Strecken-Platzierung/Frauen: 7 (von 15)  
Bestzeit der Strecke: 21:43

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)  
Bestzeit in der Kategorie: 28:47

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	20:15	6:08	1	-	7	5:01	3,30	20:15	6:08	1	-	7	5:01
Letzte Runde Ziel	1,70	8:32	5:01	1	-	7	2:03	5,00	28:47	5:45	1	-	7	7:04