



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

Detailauswertung

Czupryniak, Justyna

Verein: DJK Sparta Langenhagen
Startnummer: 304

Strecke: 9,70 km
10 km-Lauf

Kategorie:
Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 46:23

Geschwindigkeit: 11,64 km/h
Laufleistung: 4:47 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 16 (von 51)

Strecken-Platzierung/Frauen: 3 (von 12)

Bestzeit der Strecke: 40:59

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

Bestzeit in der Kategorie: 46:23

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	16:28	4:59	1	-	3	1:43	3,30	16:28	4:59	1	-	3	1:43
Runde 2	1,70	9:45	5:44	1	-	4	1:43	5,00	26:13	5:14	1	-	3	3:26
Runde 3	2,10	8:38	4:06	1	-	3	1:09	7,10	34:51	4:54	1	-	3	4:20
Letzte Runde Zie	2,60	11:32	4:26	1	-	3	1:07	9,70	46:23	4:46	1	-	3	5:24