



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

Detailauswertung

Schwindt, Elana

Verein: Diakonie
Startnummer: 331

Strecke: 9,70 km
10 km-Lauf

Kategorie:
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 53:54

Geschwindigkeit: 10,80 km/h
Laufleistung: 5:34 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 35 (von 51)
Strecken-Platzierung/Frauen: 8 (von 12)
Bestzeit der Strecke: 40:59

Kategorie-Platzierung: 3(von 4)
Bestzeit in der Kategorie: 50:00

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	19:46	5:59	3	1:24	9	5:01	3,30	19:46	5:59	3	1:14	8	5:01
Runde 2	1,70	11:48	6:56	3	1:58	8	3:46	5,00	31:34	6:18	3	3:12	8	8:47
Runde 3	2,10	9:34	4:33	1	-	6	2:05	7,10	41:08	5:47	3	3:10	8	10:37
Letzte Runde Zie	2,60	12:46	4:54	2	0:44	7	2:21	9,70	53:54	5:33	3	3:54	8	12:55