



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Köritz, Heike

Asociación: Wunstorf  
Dorsal: 115

recorrido: 9.70 km  
10 km-Lauf

categoría:  
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 1:05:58

velocidad: 8.19 km/h  
rendimiento en carrera: 6:48 min/km

posición en el recorrido/Total: 69 (de 73)  
posición en el recorrido/Women: 22 (de 24)  
mejor tiempo del recorrido: 46:57

posición en la categoría: 6(de 7)  
mejor tiempo en la categoría: 47:18

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Women	posición categoría	posición Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	posición Women	retraso	
vuelta 1	3.30	25:26	7:42	6	6:37	22	6:48	3.30	25:26	7:42	6	6:37	4	3:09
vuelta 2	1.70	13:25	7:53	6	3:50	20	3:58	5.00	38:51	7:46	6	10:27	4	5:16
vuelta 3	2.10	11:48	5:37	6	3:34	21	3:47	7.10	50:39	7:08	6	14:01	4	6:54
última vuelta me	2.60	15:19	5:53	6	4:39	23	4:39	9.70	1:05:58	6:48	6	18:40	22	19:01