



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Montag, Monika

Asociación: lifeline Freizeithof List Hannover
Dorsal: 11

recorrido: 5.00 km
5 km-Lauf

categoría:
Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 30:03

velocidad: 9.98 km/h
rendimiento en carrera: 6:01 min/km

posición en el recorrido/Total: 37 (de 53)
posición en el recorrido/Women: 15 (de 28)
mejor tiempo del recorrido: 21:30

posición en la categoría: 1(de 2)
mejor tiempo en la categoría: 30:03

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	posición		retraso	
				categoria	Women	categoria	Women				categoria	Women		
vuelta 1	3.30	20:44	6:16	1	-	14	5:30	3.30	20:44	6:16	1	-	1	-
última vuelta me	1.70	9:19	5:28	1	-	17	3:03	5.00	30:03	6:00	1	-	15	8:33