



11. Deisterberglauf
Barsinghausen / 28.09.2014

evaluación detallada

Wanjiku Wangai-Senft, Benedict

Asociación: Diakonie
Dorsal: 116

recorrido: 5.00 km
5 km-Lauf

categoría:
Frauen (20-29 Jahre)

tiempo total: 24:13

velocidad: 12.39 km/h
rendimiento en carrera: 4:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 7 (de 30)
posición en el recorrido/Women: 2 (de 15)
mejor tiempo del recorrido: 21:43

posición en la categoría: 1(de 3)
mejor tiempo en la categoría: 24:13

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
vuelta 1	3.30	16:46	5:04	1	-	2	1:32	3.30	16:46	5:04	1	-	2	1:32
última vuelta me	1.70	7:27	4:22	1	-	4	0:58	5.00	24:13	4:50	1	-	2	2:30