



# 11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

## evaluación detallada

Jeep, Iris

Asociación: Hannover 96  
Dorsal: 314

recorrido: 9.70 km  
10 km-Lauf

categoría:  
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 47:36

velocidad: 11.34 km/h  
rendimiento en carrera: 4:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 21 (de 51)  
posición en el recorrido/Women: 4 (de 12)  
mejor tiempo del recorrido: 40:59

posición en la categoría: 1(de 4)  
mejor tiempo en la categoría: 47:36

### 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	16:58	5:08	1	-	4	2:13	3.30	16:58	5:08	1	-	4	2:13
vuelta 2	1.70	9:41	5:41	1	-	3	1:39	5.00	26:39	5:19	1	-	4	3:52
vuelta 3	2.10	8:52	4:13	1	-	4	1:23	7.10	35:31	5:00	1	-	4	5:00
última vuelta me	2.60	12:05	4:38	1	-	5	1:40	9.70	47:36	4:54	1	-	4	6:37