



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Deperest, Nagali

Dossard: 169

Circuit: 9.70 km
10 km-Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

Temps total: 56:43

Vitesse: 9.52 km/h
Kilométrage: 5:51 min/km

Place par parcours/Total: 47 (de 73)

Place par parcours/Femmes: 14 (de 24)

Meilleur temps dans le parcours: 46:57

Place par catégorie: 2(de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 54:37

Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total						
Poste	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes
Tour 1	3.30	22:11	6:43	2	0:42	13	3:33	3.30	22:11	6:43	2	0:42	12	
Tour 2	1.70	12:12	7:10	2	0:37	17	2:45	5.00	34:23	6:52	2	1:19	12	0:48
Tour 3	2.10	9:37	4:34	2	0:12	10	1:36	7.10	44:00	6:11	2	1:31	12	0:15
Dernier temps A	2.60	12:43	4:53	2	0:35	12	2:03	9.70	56:43	5:50	2	2:06	14	9:46