



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Stanienda, Bianca

Association: SVE Hiddestorf  
Dossard: 598

Circuit: 20.80 km  
Halbmarathon

Catégorie:  
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Temps total: 1:43:35

Vitesse: 11.58 km/h  
Kilométrage: 4:59 min/km

Place par parcours/Total: 21 (de 110)  
Place par parcours/Femmes: 3 (de 18)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:37:09  
Place par catégorie: 1(de 5)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:43:35

Poste	Temps intermédiaires			Résultats d'étape				Résultat total						
	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	15:04	4:33	1	-	2	0:43	3.30	15:04	4:33	2	-	2	16
Tour 2	1.70	8:57	5:15	1	-	3	0:43	5.00	24:01	4:48	2	-	3	16
Tour 3	2.10	8:01	3:49	1	-	2	0:23	7.10	32:02	4:30	2	-	2	15
Tour 4	4.95	25:01	5:03	1	-	3	1:44	12.05	57:03	4:44	4	-	3	17
Tour 5	3.65	16:41	4:34	1	-	3	1:08	15.70	1:13:44	4:41	2	-	3	15
Tour 6	1.40	5:57	4:15	1	-	4	2:38	17.10	1:19:41	4:39	2	-	4	16
Dernier temps A	3.70	23:54	6:27	4	4:29	9	4:29	20.80	1:43:35	4:58	1	-	3	6:26