



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Sasonowa, Valentyna

Association: Hannover
Dossard: 556

Circuit: 20.80 km
Halbmarathon

Catégorie:
Frauen (20-29 Jahre)

Temps total: 2:28:12

Vitesse: 8.42 km/h
Kilométrage: 7:08 min/km

Place par parcours/Total: 102 (de 110)
Place par parcours/Femmes: 16 (de 18)
Meilleur temps dans le parcours: 1:37:09

Place par catégorie: 2(de 2)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:43:30

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	22:16	6:44	2	7:09	16	7:55	3.30	22:16	6:44	2	7:09	4	3:45	
Tour 2	1.70	13:40	8:02	2	4:55	17	5:26	5.00	35:56	7:11	2	12:04	4	5:47	
Tour 3	2.10	13:31	6:26	2	5:24	17	5:53	7.10	49:27	6:57	2	17:28	3	9:39	
Tour 4	4.95	38:30	7:46	2	14:16	16	15:13	12.05	1:27:57	7:17	1	-	4	16:11	
Tour 5	3.65	25:10	6:53	2	9:28	15	9:37	15.70	1:53:07	7:12	2	41:12	18	21:46	
Tour 6	1.40	3:19	2:22	1	-	1	-	17.10	1:56:26	6:48	2	38:42	4	18:13	
Dernier temps A	3.70	31:46	8:35	2	6:00	18	12:21	20.80	2:28:12	7:07	2	44:42	16	51:03	