



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

**Kaestner, Sabine**

Association: Masters of Annaturm  
Dossard: 546

Circuit: 20.80 km  
Halbmarathon

Catégorie:  
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Temps total: 2:58:05

Vitesse: 6.74 km/h  
Kilométrage: 8:34 min/km

Place par parcours/Total: 109 (de 110)  
Place par parcours/Femmes: 18 (de 18)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:37:09

Place par catégorie: 5(de 5)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:51:58

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	24:30	7:25	5	6:53	18	10:09	3.30	24:30	7:25	5	6:53	2	5:59	
Tour 2	1.70	13:30	7:56	5	3:27	16	5:16	5.00	38:00	7:35	5	10:20	2	7:51	
Tour 3	2.10	16:27	7:49	5	7:34	18	8:49	7.10	54:27	7:40	5	17:54	2	14:39	
Tour 4	4.95	44:36	9:00	5	15:39	18	21:19	12.05	1:39:03	8:13	5	33:33	2	27:17	
Tour 5	3.65	30:03	8:13	5	11:10	18	14:30	15.70	2:09:06	8:13	5	44:43	2	37:45	
Tour 6	1.40	19:58	14:15	5	13:23	18	16:39	17.10	2:29:04	8:43	5	58:06	2	50:51	
Dernier temps Ar	3.70	29:01	7:50	5	8:01	16	9:36	20.80	2:58:05	8:33	5	1:06:07	18	1:20:56	