



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Montag, Monika

Association: lifeline Freizeithof List Hannover
Dossard: 11

Circuit: 5.00 km
5 km-Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

Temps total: 30:03

Vitesse: 9.98 km/h
Kilométrage: 6:01 min/km

Place par parcours/Total: 37 (de 53)
Place par parcours/Femmes: 15 (de 28)
Meilleur temps dans le parcours: 21:30

Place par catégorie: 1(de 2)
Meilleur temps dans la catégorie: 30:03

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes
Tour 1	3.30	20:44	6:16	1	-	14	5:30	3.30	20:44	6:16	1	-	1	-	3.30	20:44	6:16	1	-	1	-	3.30	20:44	6:16	1	-	1	-
Dernier temps A	1.70	9:19	5:28	1	-	17	3:03	5.00	30:03	6:00	1	-	15	8:33	5.00	30:03	6:00	1	-	15	8:33	5.00	30:03	6:00	1	-	15	8:33