



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Bartels, Iris

Association: pingpank.de
Dossard: 126

Circuit: 9.70 km
10 km-Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Temps total: 47:18

Vitesse: 12.30 km/h
Kilométrage: 4:53 min/km

Place par parcours/Total: 9 (de 73)
Place par parcours/Femmes: 2 (de 24)
Meilleur temps dans le parcours: 46:57

Place par catégorie: 1(de 7)
Meilleur temps dans la catégorie: 47:18

Poste	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	18:49	5:42	1	-	3	0:11	3.30	18:49	5:42	1	-	24	
Tour 2	1.70	9:35	5:38	1	-	3	0:08	5.00	28:24	5:40	1	-	24	
Tour 3	2.10	8:14	3:55	1	-	2	0:13	7.10	36:38	5:09	1	-	24	
Dernier temps A	2.60	10:40	4:06	1	-	1	-	9.70	47:18	4:52	1	-	2	0:21