



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Kaschorek, Maike

Association: pingpank.de
Dossard: 119

Circuit: 9.70 km
10 km-Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Temps total: 50:02

Vitesse: 11.63 km/h
Kilométrage: 5:10 min/km

Place par parcours/Total: 20 (de 73)
Place par parcours/Femmes: 5 (de 24)
Meilleur temps dans le parcours: 46:57

Place par catégorie: 3(de 8)
Meilleur temps dans la catégorie: 47:52

Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total						
Poste	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	19:31	5:54	3	0:53	5	0:53	3.30	19:31	5:54	3	0:53	21	
Tour 2	1.70	10:14	6:01	3	0:47	6	0:47	5.00	29:45	5:57	3	1:40	21	
Tour 3	2.10	8:38	4:06	2	0:01	5	0:37	7.10	38:23	5:24	2	1:41	21	
Dernier temps A	2.60	11:39	4:28	3	0:29	6	0:59	9.70	50:02	5:09	3	2:10	5	3:05