



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Exploitation détaillée

Leonhardt, Nicole

Association: SV Kirchboitzen  
Dossard: 121

Circuit: 9.70 km  
10 km-Lauf

Catégorie:  
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Temps total: 51:16

Vitesse: 11.35 km/h  
Kilométrage: 5:17 min/km

Place par parcours/Total: 28 (de 73)  
Place par parcours/Femmes: 6 (de 24)  
Meilleur temps dans le parcours: 46:57

Place par catégorie: 2(de 7)  
Meilleur temps dans la catégorie: 47:18

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	20:20	6:09	3	1:31	7	1:42	3.30	20:20	6:09	2	1:31	20		
Tour 2	1.70	11:21	6:40	4	1:46	12	1:54	5.00	31:41	6:20	2	3:17	20		
Tour 3	2.10	8:29	4:02	2	0:15	3	0:28	7.10	40:10	5:39	2	3:32	20		
Dernier temps A	2.60	11:06	4:16	2	0:26	3	0:26	9.70	51:16	5:17	2	3:58	6	4:19	