



# 11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

## Exploitation détaillée

Föhr, Tanja

Association: Innovation  
Dossard: 346

Circuit: 9.70 km  
10 km-Lauf

Catégorie:  
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Temps total: 59:43

Vitesse: 9.04 km/h  
Kilométrage: 6:10 min/km

Place par parcours/Total: 46 (de 51)

Place par parcours/Femmes: 10 (de 12)

Meilleur temps dans le parcours: 40:59

Place par catégorie: 4(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 47:36

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

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	21:08	6:24	4	4:10	10	6:23	3.30	21:08	6:24	4	4:10	10	6:23
Tour 2	1.70	12:44	7:29	4	3:03	10	4:42	5.00	33:52	6:46	4	7:13	10	11:05
Tour 3	2.10	11:10	5:19	4	2:18	11	3:41	7.10	45:02	6:20	4	9:31	10	14:31
Dernier temps A	2.60	14:41	5:38	4	2:36	10	4:16	9.70	59:43	6:09	4	12:07	10	18:44