



# 11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

## Exploitation détaillée

**Ruhl, Svenja**

Association: Hannover Athletics  
Dossard: 111

Circuit: 5.00 km  
5 km-Lauf

Catégorie:  
weibliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

Temps total: 24:16

Vitesse: 12.36 km/h  
Kilométrage: 4:51 min/km

Place par parcours/Total: 8 (de 30)

Place par parcours/Femmes: 3 (de 15)

Meilleur temps dans le parcours: 21:43

Place par catégorie: 1(de 1)

Meilleur temps dans la catégorie: 24:16

### 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	16:55	5:07	1	-	3	1:41	3.30	16:55	5:07	1	-	3	1:41
Dernier temps A	1.70	7:21	4:19	1	-	2	0:52	5.00	24:16	4:51	1	-	3	2:33