



# 11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

## Exploitation détaillée

**Trüstedt, Agnes**

Association: Herdecke  
Dossard: 115

Circuit: 5.00 km  
5 km-Lauf

Catégorie:  
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

**Temps total: 28:47**

Vitesse: 10.42 km/h  
Kilométrage: 5:46 min/km

Place par parcours/Total: 16 (de 30)  
Place par parcours/Femmes: 7 (de 15)  
Meilleur temps dans le parcours: 21:43

Place par catégorie: 1(de 1)  
Meilleur temps dans la catégorie: 28:47

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	20:15	6:08	1	-	7	5:01	3.30	20:15	6:08	1	-	7	5:01
Dernier temps A	1.70	8:32	5:01	1	-	7	2:03	5.00	28:47	5:45	1	-	7	7:04