



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detalizēti rezultāti

Köritz, Heike

Klubs: Wunstorf
Numurs: 115

Posms: 9.70 km
10 km-Lauf

Grupa:
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Kopējais laiks: 1:05:58

Ātrums: 8.19 km/h
Skrējiena izpildījums: 6:48 min/km

Vieta distancē/Kopā: 69 (no 73)
Vieta distancē/Sievietes: 22 (no 24)
Distances labākais laiks: 46:57

Vieta grupā: 6(no 7)
Grupā labākais laiks: 47:18

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes				
Aplis 1	3.30	25:26	7:42	6	6:37	22	6:48	3.30	25:26	7:42	6	6:37	4	3:09
Aplis 2	1.70	13:25	7:53	6	3:50	20	3:58	5.00	38:51	7:46	6	10:27	4	5:16
Aplis 3	2.10	11:48	5:37	6	3:34	21	3:47	7.10	50:39	7:08	6	14:01	4	6:54
Pēdējais aplis fin	2.60	15:19	5:53	6	4:39	23	4:39	9.70	1:05:58	6:48	6	18:40	22	19:01