



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detalizēti rezultāti

Ahlers, Klara

Klubs: Masters of Annaturm
Numurs: 532

Posms: 20.80 km
Halbmarathon

Grupa:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 2:24:28

Ātrums: 8.31 km/h
Skrējiena izpildījums: 6:57 min/km

Vieta distancē/Kopā: 101 (no 110)
Vieta distancē/Sievietes: 15 (no 18)
Distances labākais laiks: 1:37:09

Vieta grupā: 4(no 5)
Grupās labākais laiks: 1:51:58

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Vietāztrūkums: Vietāztrūkums		Kopā			Vietāztrūkums: Vietāztrūkums					
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	grupā	grupā	Sievietes	Sievietes	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	grupā	grupā	Sievietes	Sievietes
Aplis 1	3.30	22:02	6:40	4	4:25	15	7:41	3.30	22:02	6:40	4	4:25	5	3:31
Aplis 2	1.70	12:05	7:06	4	2:02	15	3:51	5.00	34:07	6:49	4	6:27	5	3:58
Aplis 3	2.10	11:02	5:15	4	2:09	14	3:24	7.10	45:09	6:21	4	8:36	4	5:21
Aplis 4	4.95	37:13	7:31	4	8:16	15	13:56	12.05	1:22:22	6:50	4	16:52	5	10:36
Aplis 5	3.65	25:10	6:53	4	6:17	15	9:37	15.70	1:47:32	6:50	4	23:09	4	16:11
Aplis 6	1.40	8:54	6:21	4	2:19	17	5:35	17.10	1:56:26	6:48	4	25:28	4	18:13
Pēdējais aplis fin	3.70	28:02	7:34	4	7:02	15	8:37	20.80	2:24:28	6:56	4	32:30	15	47:19