



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

Detalizēti rezultāti

Sasonowa, Valentyna

Klubs: Hannover  
Numurs: 556

Posms: 20.80 km  
Halbmarathon

Grupa:  
Frauen (20-29 Jahre)

Kopējais laiks: 2:28:12

Ātrums: 8.10 km/h  
Skrējiena izpildījums: 7:08 min/km

Vieta distancē/Kopā: 102 (no 110)  
Vieta distancē/Sievietes: 16 (no 18)  
Distances labākais laiks: 1:37:09

Vieta grupā: 2(no 2)  
Grupās labākais laiks: 1:43:30

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Vietāztrūkums:		Kopā		Kopējais rezultāts			Vietāztrūkums:			
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes		
Aplis 1	3.30	22:16	6:44	2	7:09	16	7:55	3.30	22:16	6:44	2	7:09	4	3:45
Aplis 2	1.70	13:40	8:02	2	4:55	17	5:26	5.00	35:56	7:11	2	12:04	4	5:47
Aplis 3	2.10	13:31	6:26	2	5:24	17	5:53	7.10	49:27	6:57	2	17:28	3	9:39
Aplis 4	4.95	38:30	7:46	2	14:16	16	15:13	12.05	1:27:57	7:17	1	-	4	16:11
Aplis 5	3.65	25:10	6:53	2	9:28	15	9:37	15.70	1:53:07	7:12	2	41:12	18	21:46
Aplis 6	1.40	3:19	2:22	1	-	1	-	17.10	1:56:26	6:48	2	38:42	4	18:13
Pēdējais aplis fin	3.70	31:46	8:35	2	6:00	18	12:21	20.80	2:28:12	7:07	2	44:42	16	51:03