



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

Detalizēti rezultāti

Opolka, Helga

Klubs: ./.

Numurs: 29

Posms: 5.00 km

5 km-Lauf

Grupa:

Seniorinnen W70 (70-74 Jahre)

Kopējais laiks: 34:45

Ātrums: 8.63 km/h

Skrējiena izpildījums: 6:57 min/km

Vieta distancē/Kopā: 46 (no 53)

Vieta distancē/Sievietes: 22 (no 28)

Distances labākais laiks: 21:30

Vieta grupā: 1(no 1)

Grupas labākais laiks: 34:45

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	24:22	7:23	1	-	22	9:08	3.30	24:22	7:23	1	-	8	3:38
Pēdējais aplis fin	1.70	10:23	6:06	1	-	21	4:07	5.00	34:45	6:57	1	-	22	13:15