



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Viktoria, Rungelrath

□□□: 58:16

□□: 180

□□: 9.27 km/h

□□□□: 6:01 min/km

□□: 9.70 km

□□□□□/□□□: 51 (of 73)

10 km-Lauf

□□□□□/□: 15 (of 24)

□□□□□□: 46:57

□□□□:

□□□□□: 1(of 4)

Frauen (20-29 Jahre)

□□□□□□□: 58:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.30	22:56	6:56	2	0:17	16	4:18	3.30	22:56	6:56	1	-	11	0:39
□□ 2	1.70	11:25	6:42	1	-	13	1:58	5.00	34:21	6:52	1	-	11	0:46
□□ 3	2.10	10:51	5:09	2	0:08	17	2:50	7.10	45:12	6:21	1	-	11	1:27
□□□ □□	2.60	13:04	5:01	1	-	14	2:24	9.70	58:16	6:00	1	-	15	11:19