



10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Schürmann, Peter

□□: Hannover

□□: 103

□□: 9.70 km

10 km-Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:00:02

□□: 9.69 km/h

□□□□: 6:11 min/km

□□□□□/□□□: 55 (of 73)

□□□□□/□: 39 (of 49)

□□□□□□: 38:37

□□□□□: 9(of 10)

□□□□□□□: 44:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	24:32	7:26	10	7:13	46	9:17	3.30	24:32	7:26	9	7:13	15	3:27	
□□ 2	1.70	11:24	6:42	7	2:27	31	3:46	5.00	35:56	7:11	9	9:40	15	3:07	
□□ 3	2.10	10:41	5:05	9	2:35	38	3:48	7.10	46:37	6:33	9	12:15	15	2:53	
□□□ □□	2.60	13:25	5:09	9	3:09	40	4:36	9.70	1:00:02	6:11	9	15:24	39	21:25	