



# 10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Kühn, Johannes

□□: SVE Hiddestorf

□□: 111

□□: 9.70 km

10 km-Lauf

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 1:02:47

□□: 8.60 km/h

□□□□: 6:28 min/km

□□□□□/□□□: 64 (of 73)

□□□□□/□: 45 (of 49)

□□□□□□: 38:37

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 47:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.30	24:20	7:22	3	5:55	45	9:05	3.30	24:20	7:22	3	5:55	21	3:15
□□ 2	1.70	13:05	7:41	3	3:00	44	5:27	5.00	37:25	7:28	3	8:54	21	4:36
□□ 3	2.10	10:57	5:12	4	2:57	43	4:04	7.10	48:22	6:48	3	11:51	21	4:38
□□□ □□	2.60	14:25	5:32	4	3:22	43	5:36	9.70	1:02:47	6:28	3	15:13	45	24:10