



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Klockemann, Lena

□□□: 1:04:42

□□: 175

□□: 8.35 km/h

□□□□: 6:40 min/km

□□: 9.70 km

□□□□□/□□□: 66 (of 73)

10 km-Lauf

□□□□□/□: 20 (of 24)

□□□□□□: 46:57

□□□□:

□□□□□: 3(of 4)

Frauen (20-29 Jahre)

□□□□□□□: 58:16

□□□□

□□□□

□□□

| □□□    | □□   | □□    | □□     | □□ | □□   | □□ | □□   | □□□  | □□□     | □□□    | □□ | □□   | □□ | □□    |
|--------|------|-------|--------|----|------|----|------|------|---------|--------|----|------|----|-------|
|        | km   | □□    | min/km | -  | -    | □  | □    | km   | □□      | min/km | -  | -    | □  | □     |
| □□ 1   | 3.30 | 24:52 | 7:32   | 3  | 2:13 | 20 | 6:14 | 3.30 | 24:52   | 7:32   | 3  | 1:56 | 6  | 2:35  |
| □□ 2   | 1.70 | 14:00 | 8:14   | 4  | 2:35 | 24 | 4:33 | 5.00 | 38:52   | 7:46   | 3  | 4:31 | 6  | 5:17  |
| □□ 3   | 2.10 | 11:27 | 5:27   | 3  | 0:44 | 20 | 3:26 | 7.10 | 50:19   | 7:05   | 3  | 5:07 | 6  | 6:34  |
| □□□ □□ | 2.60 | 14:23 | 5:31   | 3  | 1:19 | 20 | 3:43 | 9.70 | 1:04:42 | 6:40   | 3  | 6:26 | 20 | 17:45 |