



# 10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Reinhardt, Ulrich

□□: Feldflitzer  
 □□: 170

□□: 9.70 km  
 10 km-Lauf

□□□□:  
 Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 1:04:57

□□: 8.31 km/h  
 □□□□: 6:42 min/km

□□□□□/□□□: 67 (of 73)

□□□□□/□: 47 (of 49)

□□□□□□: 38:37

□□□□□: 4(of 4)

□□□□□□□: 47:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	26:31	8:02	4	8:06	47	11:16	3.30	26:31	8:02	4	8:06	23	5:26	
□□ 2	1.70	13:35	7:59	4	3:30	47	5:57	5.00	40:06	8:01	4	11:35	23	7:17	
□□ 3	2.10	10:53	5:10	3	2:53	41	4:00	7.10	50:59	7:10	4	14:28	23	7:15	
□□□ □□	2.60	13:58	5:22	3	2:55	42	5:09	9.70	1:04:57	6:41	4	17:23	47	26:20	