



10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Walther, Clemens

□□□: 1:31:28

□□: 629

□□: 13.12 km/h

□□□□: 4:24 min/km

□□: 20.80 km

□□□□□/□□□: 9 (of 110)

Halbmarathon

□□□□□/□: 9 (of 92)

□□□□□□: 1:18:02

□□□□:

□□□□□: 1(of 17)

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□□□□□: 1:31:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	14:03	4:15	1	-	8	1:29	3.30	14:03	4:15	10	-	-	62	
□□ 2	1.70	7:56	4:40	1	-	6	0:50	5.00	21:59	4:23	10	-	-	62	
□□ 3	2.10	7:41	3:39	2	0:10	11	0:49	7.10	29:40	4:10	10	-	-	61	
□□ 4	4.95	22:22	4:31	1	-	6	2:12	12.05	52:02	4:19	14	-	-	84	
□□ 5	3.65	15:06	4:08	1	-	9	2:17	15.70	1:07:08	4:16	10	-	-	62	
□□ 6	1.40	5:31	3:56	2	0:07	13	1:13	17.10	1:12:39	4:14	10	-	-	61	
□□□ □□	3.70	18:49	5:05	1	-	14	8:04	20.80	1:31:28	4:23	1	-	-	9	13:26