



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Brudzewski, Michael

□□□: 25:19

□□: Kaltenweide

□□: 11.85 km/h

□□: 54

□□□□: 5:04 min/km

□□: 5.00 km

□□□□□/□□□: 15 (of 53)

5 km-Lauf

□□□□□/□: 12 (of 25)

□□□□□□: 19:07

□□□□:

□□□□□: 2(of 3)

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□□□□□: 19:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	17:58	5:26	2	4:34	14	4:41	3.30	17:58	5:26	2	4:34	14		
□□□ □□	1.70	7:21	4:19	2	1:38	9	1:38	5.00	25:19	5:03	2	6:12	12	6:12	