



10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Stanienda, Bianca

□□: SVE Hiddestorf
 □□: 598

□□: 20.80 km
 Halbmarathon

□□□□:
 Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:43:35

□□: 11.58 km/h
 □□□□: 4:59 min/km

□□□□□/□□□□: 21 (of 110)

□□□□□/□: 3 (of 18)

□□□□□□: 1:37:09

□□□□□: 1(of 5)

□□□□□□□: 1:43:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	15:04	4:33	1	-	2	0:43	3.30	15:04	4:33	2	-	-	16	
□□ 2	1.70	8:57	5:15	1	-	3	0:43	5.00	24:01	4:48	2	-	-	16	
□□ 3	2.10	8:01	3:49	1	-	2	0:23	7.10	32:02	4:30	2	-	-	15	
□□ 4	4.95	25:01	5:03	1	-	3	1:44	12.05	57:03	4:44	4	-	-	17	
□□ 5	3.65	16:41	4:34	1	-	3	1:08	15.70	1:13:44	4:41	2	-	-	15	
□□ 6	1.40	5:57	4:15	1	-	4	2:38	17.10	1:19:41	4:39	2	-	-	16	
□□□ □□	3.70	23:54	6:27	4	4:29	9	4:29	20.80	1:43:35	4:58	1	-	-	3	6:26