



10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Janus, Jonathan

□□: Hannover

□□: 558

□□: 20.80 km

Halbmarathon

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 1:48:59

□□: 11.01 km/h

□□□□: 5:14 min/km

□□□□□/□□□: 40 (of 110)

□□□□□/□: 36 (of 92)

□□□□□□: 1:18:02

□□□□□: 5(of 14)

□□□□□□□: 1:29:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	16:09	4:53	3	2:40	23	3:35	3.30	16:09	4:53	5	2:40	81		
□□ 2	1.70	9:14	5:25	5	1:03	26	2:08	5.00	25:23	5:04	5	3:43	81		
□□ 3	2.10	9:11	4:22	7	1:27	45	2:19	7.10	34:34	4:52	5	5:10	79		
□□ 4	4.95	27:34	5:34	9	4:58	42	7:24	12.05	1:02:08	5:09	4		75		
□□ 5	3.65	18:42	5:07	9	3:46	42	5:53	15.70	1:20:50	5:08	5	13:54	75		
□□ 6	1.40	6:38	4:44	4	1:16	44	2:20	17.10	1:27:28	5:06	5	15:10	79		
□□□ □□	3.70	21:31	5:48	5	4:01	42	10:46	20.80	1:48:59	5:14	5	19:11	36	30:57	