



# 10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

**Lerbs, Nicole**

□□: Bad Münden/Rohrsen  
 □□: 608

□□: 20.80 km  
 Halbmarathon

□□□□:  
 Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:49:35

□□: 11.39 km/h  
 □□□□: 5:16 min/km

□□□□□/□□□□: 42 (of 110)

□□□□□/□: 5 (of 18)

□□□□□□: 1:37:09

□□□□□: 3(of 5)

□□□□□□□: 1:43:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	17:34	5:19	4	2:30	8	3:13	3.30	17:34	5:19	3	0:32	14	
□□ 2	1.70	9:55	5:49	3	0:58	6	1:41	5.00	27:29	5:29	3	1:04	14	
□□ 3	2.10	9:08	4:20	4	1:07	8	1:30	7.10	36:37	5:09	3	2:08	13	
□□ 4	4.95	28:00	5:39	3	2:59	5	4:43	12.05	1:04:37	5:21	1	-	14	
□□ 5	3.65	18:04	4:56	3	1:23	5	2:31	15.70	1:22:41	5:15	3	4:16	13	
□□ 6	1.40	6:26	4:35	3	0:29	6	3:07	17.10	1:29:07	5:12	3	4:44	14	
□□□ □□	3.70	20:28	5:31	2	1:03	3	1:03	20.80	1:49:35	5:16	3	6:00	5	12:26