



10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Klein, Claudia

□□: VC Nienburg//LG Nienburg

□□: 620

□□: 20.80 km

Halbmarathon

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:51:58

□□: 10.72 km/h

□□□□: 5:23 min/km

□□□□□/□□□: 53 (of 110)

□□□□□/□: 9 (of 18)

□□□□□□: 1:37:09

□□□□□: 1(of 5)

□□□□□□□: 1:51:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	17:37	5:20	1	-	9	3:16	3.30	17:37	5:20	1	-	11	
□□ 2	1.70	10:03	5:54	1	-	7	1:49	5.00	27:40	5:31	1	-	11	
□□ 3	2.10	8:53	4:13	1	-	6	1:15	7.10	36:33	5:08	1	-	10	
□□ 4	4.95	28:57	5:50	1	-	9	5:40	12.05	1:05:30	5:26	1	-	11	
□□ 5	3.65	18:53	5:10	1	-	8	3:20	15.70	1:24:23	5:22	1	-	10	
□□ 6	1.40	6:35	4:42	1	-	8	3:16	17.10	1:30:58	5:19	1	-	11	
□□□ □□	3.70	21:00	5:40	1	-	4	1:35	20.80	1:51:58	5:22	1	-	9	14:49