



10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Reeh, Gunther

□□: TSV Kirchdorf
 □□: 535

□□: 20.80 km
 Halbmarathon

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:52:18

□□: 10.69 km/h
 □□□□: 5:24 min/km

□□□□□/□□□: 54 (of 110)

□□□□□/□: 45 (of 92)

□□□□□□: 1:18:02

□□□□□: 10(of 16)

□□□□□□□: 1:26:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	18:00	5:27	12	4:31	60	5:26	3.30	18:00	5:27	10	3:49	72		
□□ 2	1.70	10:21	6:05	12	2:33	59	3:15	5.00	28:21	5:40	10	6:14	72		
□□ 3	2.10	9:13	4:23	9	1:47	48	2:21	7.10	37:34	5:17	10	7:45	58	0:56	
□□ 4	4.95	28:21	5:43	10	6:25	49	8:11	12.05	1:05:55	5:28	8	14:10	66		
□□ 5	3.65	18:54	5:10	8	4:45	44	6:05	15.70	1:24:49	5:24	10	18:55	71		
□□ 6	1.40	6:45	4:49	11	1:40	52	2:27	17.10	1:31:34	5:21	10	20:35	70		
□□□ □□	3.70	20:44	5:36	8	4:50	31	9:59	20.80	1:52:18	5:23	10	25:25	45	34:16	