



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Totzke, Georg

□□: Hannover

□□: 18

□□: 5.00 km

5 km-Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 25:55

□□: 11.58 km/h

□□□□: 5:11 min/km

□□□□□/□□□: 21 (of 53)

□□□□□/□: 16 (of 25)

□□□□□□: 19:07

□□□□□: 3(of 6)

□□□□□□□: 24:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	18:29	5:36	3	1:21	18	5:12	3.30	18:29	5:36	3	1:21	10	0:23
□□□ □□	1.70	7:26	4:22	3	0:15	11	1:43	5.00	25:55	5:11	3	1:36	16	6:48