



10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Beck, Reiner

□□: Post SV Lehrte
 □□: 565

□□: 20.80 km
 Halbmarathon

□□□□:
 Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:06:39

□□: 9.47 km/h
 □□□□: 6:05 min/km

□□□□□/□□□: 82 (of 110)

□□□□□/□: 70 (of 92)

□□□□□□: 1:18:02

□□□□□: 12(of 18)

□□□□□□□: 1:33:56

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 3.30 | 19:44 | 5:58 | 14 | 5:14 | 74 | 7:10 | 3.30 | 19:44 | 5:58 | 8 | 1:27 | 13 | 0:32 |
| □□ 2 | 1.70 | 11:34 | 6:48 | 15 | 3:13 | 78 | 4:28 | 5.00 | 31:18 | 6:15 | 4 | 2:27 | 13 | 1:54 |
| □□ 3 | 2.10 | 10:40 | 5:04 | 15 | 3:10 | 76 | 3:48 | 7.10 | 41:58 | 5:54 | 8 | 3:39 | 45 | 5:20 |
| □□ 4 | 4.95 | 32:37 | 6:35 | 13 | 9:19 | 77 | 12:27 | 12.05 | 1:14:35 | 6:11 | 8 | 6:42 | 13 | 6:00 |
| □□ 5 | 3.65 | 21:10 | 5:47 | 12 | 5:29 | 68 | 8:21 | 15.70 | 1:35:45 | 6:05 | 7 | 25:24 | 46 | 9:49 |
| □□ 6 | 1.40 | 7:10 | 5:07 | 12 | 1:37 | 64 | 2:52 | 17.10 | 1:42:55 | 6:01 | 7 | 9:26 | 45 | 9:55 |
| □□□ □□ | 3.70 | 23:44 | 6:24 | 11 | 12:59 | 67 | 12:59 | 20.80 | 2:06:39 | 6:05 | 12 | 32:43 | 70 | 48:37 |