



10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Sasonowa, Valentyna

□□: Hannover
 □□: 556

□□: 20.80 km
 Halbmarathon

□□□□:
 Frauen (20-29 Jahre)

□□□: 2:28:12

□□: 8.10 km/h
 □□□□: 7:08 min/km

□□□□□/□□□: 102 (of 110)

□□□□□/□: 16 (of 18)

□□□□□□: 1:37:09

□□□□□: 2 (of 2)

□□□□□□□: 1:43:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	22:16	6:44	2	7:09	16	7:55	3.30	22:16	6:44	2	7:09	4	3:45	
□□ 2	1.70	13:40	8:02	2	4:55	17	5:26	5.00	35:56	7:11	2	12:04	4	5:47	
□□ 3	2.10	13:31	6:26	2	5:24	17	5:53	7.10	49:27	6:57	2	17:28	3	9:39	
□□ 4	4.95	38:30	7:46	2	14:16	16	15:13	12.05	1:27:57	7:17	1	-	4	16:11	
□□ 5	3.65	25:10	6:53	2	9:28	15	9:37	15.70	1:53:07	7:12	2	41:12	18	21:46	
□□ 6	1.40	3:19	2:22	1	-	1	-	17.10	1:56:26	6:48	2	38:42	4	18:13	
□□□ □□	3.70	31:46	8:35	2	6:00	18	12:21	20.80	2:28:12	7:07	2	44:42	16	51:03	