



10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Ullrich, Viola

□□: Hannover

□□: 504

□□: 20.80 km

Halbmarathon

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:39:47

□□: 7.51 km/h

□□□□: 7:41 min/km

□□□□□/□□□: 104 (of 110)

□□□□□/□: 17 (of 18)

□□□□□□: 1:37:09

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 2:08:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	23:30	7:07	2	3:51	17	9:09	3.30	23:30	7:07	2	3:51	3	4:59	
□□ 2	1.70	14:11	8:20	2	2:33	18	5:57	5.00	37:41	7:32	2	6:24	3	7:32	
□□ 3	2.10	12:29	5:56	2	1:50	16	4:51	7.10	50:10	7:03	2	8:14	18	10:22	
□□ 4	4.95	41:53	8:27	2	8:54	17	18:36	12.05	1:32:03	7:38	2	17:08	3	20:17	
□□ 5	3.65	28:22	7:46	2	6:31	17	12:49	15.70	2:00:25	7:40	2	23:39	3	29:04	
□□ 6	1.40	8:49	6:17	2	1:00	16	5:30	17.10	2:09:14	7:33	2	24:39	3	31:01	
□□□ □□	3.70	30:33	8:15	2	6:34	17	11:08	20.80	2:39:47	7:40	2	31:13	17	1:02:38	