



# 10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Söns, Torsten

□□: Jongo Webagentur Hildesheim  
 □□: 618

□□: 20.80 km  
 Halbmarathon

□□□□:  
 Männer (20-29 Jahre)

□□□: 2:55:41

□□: 7.10 km/h  
 □□□□: 8:27 min/km

□□□□□/□□□: 107 (of 110)

□□□□□/□: 90 (of 92)

□□□□□□: 1:18:02

□□□□□: 12(of 14)

□□□□□□□: 1:29:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.30	24:31	7:25	13	11:02	90	11:57	3.30	24:31	7:25	13	11:02	25	5:19
□□ 2	1.70	14:55	8:46	14	6:44	91	7:49	5.00	39:26	7:53	13	17:46	26	10:02
□□ 3	2.10	14:52	7:04	13	7:08	90	8:00	7.10	54:18	7:38	13	24:54	91	17:40
□□ 4	4.95	42:37	8:36	14	20:01	92	22:27	12.05	1:36:55	8:02	12	34:07	26	28:20
□□ 5	3.65	30:43	8:24	13	15:47	90	17:54	15.70	2:07:38	8:07	13	1:00:42	25	41:42
□□ 6	1.40	11:28	8:11	13	6:06	90	7:10	17.10	2:19:06	8:08	12	1:06:48	26	46:06
□□□ □□	3.70	36:35	9:53	12	19:05	89	25:50	20.80	2:55:41	8:26	12	1:25:53	90	1:37:39