



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Ruhl, Svenja

□□: Laatzen

□□: 3

□□: 5.00 km

5 km-Lauf

□□□□:

weibliche Jugend U18 (16-17 Jahre)

□□□: 26:27

□□: 11.34 km/h

□□□□: 5:17 min/km

□□□□□/□□□: 25 (of 53)

□□□□□/□: 7 (of 28)

□□□□□□: 21:30

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 21:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	18:41	5:39	2	3:27	7	3:27	3.30	18:41	5:39	2	3:27	22	
□□□ □□	1.70	7:46	4:34	2	1:30	7	1:30	5.00	26:27	5:17	2	4:57	7	4:57