



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Brinkema, Monika

□□: TSV Anderten

□□: 6

□□: 5.00 km

5 km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 28:17

□□: 10.61 km/h

□□□□: 5:40 min/km

□□□□□/□□□: 30 (of 53)

□□□□□/□: 11 (of 28)

□□□□□□: 21:30

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 28:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.30	19:33	5:55	1	-	11	4:19	3.30	19:33	5:55	1	-	19	
□□□ □□	1.70	8:44	5:08	1	-	14	2:28	5.00	28:17	5:39	1	-	11	6:47