



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Dolle, Astrid

□□: Hannover

□□: 44

□□: 5.00 km

5 km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 29:56

□□: 10.02 km/h

□□□□: 5:59 min/km

□□□□□/□□□: 36 (of 53)

□□□□□/□: 14 (of 28)

□□□□□□: 21:30

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 25:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.30	20:56	6:20	2	2:58	15	5:42	3.30	20:56	6:20	2	2:58	16	0:12
□□□ □□	1.70	9:00	5:17	2	1:21	15	2:44	5.00	29:56	5:59	2	4:19	14	8:26