



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Göthel, René

□□: Laufftreff Burgwedel

□□: 55

□□: 5.00 km

5 km-Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 21:27

□□: 13.99 km/h

□□□□: 4:17 min/km

□□□□□/□□□: 4 (of 53)

□□□□□/□: 4 (of 25)

□□□□□□: 19:07

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 21:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.30	14:55	4:31	1	-	4	1:38	3.30	14:55	4:31	1	-	20	
□□□ □□	1.70	6:32	3:50	1	-	4	0:49	5.00	21:27	4:17	1	-	4	2:20