



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Kubitz, Sabina M.

□□: 32yoga

□□: 65

□□: 5.00 km

5 km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 32:53

□□: 9.12 km/h

□□□□: 6:35 min/km

□□□□□/□□□: 43 (of 53)

□□□□□/□: 20 (of 28)

□□□□□□: 21:30

□□□□□: 4(of 6)

□□□□□□□: 26:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.30	23:25	7:05	4	4:04	21	8:11	3.30	23:25	7:05	4	4:04	10	2:41
□□□ □□	1.70	9:28	5:34	4	1:54	18	3:12	5.00	32:53	6:34	4	5:58	20	11:23