



10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Melzian, Ute

□□: TuS Altwarmbüchen

□□: 43

□□: 5.00 km

5 km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W60 (60-64 Jahre)

□□□: 33:49

□□: 8.87 km/h

□□□□: 6:46 min/km

□□□□□/□□□: 44 (of 53)

□□□□□/□: 21 (of 28)

□□□□□□: 21:30

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 33:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.30	23:16	7:03	1	-	20	8:02	3.30	23:16	7:03	1	-	9	2:32
□□□ □□	1.70	10:33	6:12	1	-	23	4:17	5.00	33:49	6:45	1	-	21	12:19