



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Erdmann, Anja-Stephanie

□□: Hannover

□□: 21

□□: 5.00 km

5 km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 36:49

□□: 8.15 km/h

□□□□: 7:22 min/km

□□□□□/□□□: 50 (of 53)

□□□□□/□: 26 (of 28)

□□□□□□: 21:30

□□□□□: 5(of 6)

□□□□□□□: 26:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	26:24	8:00	6	7:03	28	11:10	3.30	26:24	8:00	5	7:03	4	5:40
□□□ □□	1.70	10:25	6:07	5	2:51	22	4:09	5.00	36:49	7:21	5	9:54	26	15:19