



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Kleinholz-Mewes, Jörg

□□: Dets RaceTeam

□□: 157

□□: 9.70 km

10 km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 39:11

□□: 13.78 km/h

□□□□: 4:02 min/km

□□□□□/□□□: 2 (of 73)

□□□□□/□: 2 (of 49)

□□□□□□: 38:37

□□□□□: 2(of 9)

□□□□□□□: 38:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	15:21	4:39	2	0:06	3	0:06	3.30	15:21	4:39	2	0:06	26	
□□ 2	1.70	7:43	4:32	2	0:05	2	0:05	5.00	23:04	4:36	2	0:11	26	
□□ 3	2.10	6:53	3:16	1	-	1	-	7.10	29:57	4:13	2	0:09	26	
□□□ □□	2.60	9:14	3:33	2	0:25	3	0:25	9.70	39:11	4:02	2	0:34	2	0:34