



# 10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

## Die schnellen Mädels

□□: Die schnellen Mädels

□□: 1003

□□: 9.70 km

Schülerstaffel 5 x 2 km

□□□□:

Schülerstaffel

□□□: 48:42

□□: 11.09 km/h

□□□□: 5:01 min/km

□□□□□/□□□: 3 (of 4)

□□□□□/□□□: 3 (of 4)

□□□□□□: 38:35

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 38:35

□□□□

□□□□

□□□

| □□□    | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□□□ | □□<br>□□□ | □□□  | □□□   | □□□  | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□□□ | □□<br>□□□ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|-----------|-----------|------|-------|------|---------|---------|-----------|-----------|
| □□ 1   | 3.30     | 19:53    | 6:01         | 3       | 4:45    | 3         | 4:45      | 3.30 | 19:53 | 6:01 | 3       | 4:45    | 3         | 4:45      |
| □□ 2   | 1.70     | 9:08     | 5:22         | 3       | 1:47    | 3         | 1:47      | 5.00 | 29:01 | 5:48 | 3       | 6:32    | 3         | 6:32      |
| □□ 3   | 2.10     | 8:45     | 4:09         | 2       | 1:19    | 2         | 1:19      | 7.10 | 37:46 | 5:19 | 3       | 7:51    | 3         | 7:51      |
| □□□ □□ | 2.60     | 10:56    | 4:12         | 3       | 2:16    | 3         | 2:16      | 9.70 | 48:42 | 5:01 | 3       | 10:07   | 3         | 10:07     |