



10. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Leonhardt, Nicole

□□: SV Kirchboitzen

□□: 121

□□: 9.70 km

10 km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 51:16

□□: 10.53 km/h

□□□□: 5:17 min/km

□□□□□/□□□: 28 (of 73)

□□□□□/□: 6 (of 24)

□□□□□□: 46:57

□□□□□: 2(of 7)

□□□□□□□: 47:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	20:20	6:09	3	1:31	7	1:42	3.30	20:20	6:09	2	1:31	20	
□□ 2	1.70	11:21	6:40	4	1:46	12	1:54	5.00	31:41	6:20	2	3:17	20	
□□ 3	2.10	8:29	4:02	2	0:15	3	0:28	7.10	40:10	5:39	2	3:32	20	
□□□ □□	2.60	11:06	4:16	2	0:26	3	0:26	9.70	51:16	5:17	2	3:58	6	4:19