



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

0000

Kanzok, Rudolf

00: Pingpank.de

00: 342

00: 9.70 km

10 km-Lauf

0000:

Senioren M70 (70-74 Jahre)

000: 59:13

00: 9.12 km/h

0000: 6:06 min/km

00000/000: 44 (of 51)

00000/0: 35 (of 39)

000000: 34:28

00000: 1(of 1)

0000000: 59:13

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
00 1	3.30	21:51	6:37	1	-	37	9:09	3.30	21:51	6:37	1	-	16	2:08
00 2	1.70	12:15	7:12	1	-	32	5:18	5.00	34:06	6:49	1	-	16	2:12
00 3	2.10	10:57	5:12	1	-	34	4:31	7.10	45:03	6:20	1	-	16	1:47
000 00	2.60	14:10	5:26	1	-	32	5:47	9.70	59:13	6:06	1	-	35	24:45