



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Gawert, Marc

□□: Diakonie
 □□: 309

□□: 9.70 km
 10 km-Lauf

□□□□:
 Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 59:59

□□: 9.70 km/h
 □□□□: 6:11 min/km

□□□□□/□□□: 47 (of 51)

□□□□□/□: 37 (of 39)

□□□□□□: 34:28

□□□□□: 8(of 8)

□□□□□□□: 38:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	20:44	6:16	8	6:42	35	8:02	3.30	20:44	6:16	8	6:42	18	1:01
□□ 2	1.70	12:45	7:30	8	4:44	37	5:48	5.00	33:29	6:41	8	11:26	18	1:35
□□ 3	2.10	11:54	5:40	8	4:46	38	5:28	7.10	45:23	6:23	8	16:12	18	2:07
□□□ □□	2.60	14:36	5:36	8	5:12	35	6:13	9.70	59:59	6:11	8	21:24	37	25:31