



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Blume, Thomas

□□: Hannover

□□: 705

□□: 20.80 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:25:28

□□: 14.04 km/h

□□□□: 4:07 min/km

□□□□□/□□□: 7 (of 93)

□□□□□/□: 7 (of 81)

□□□□□□: 1:13:11

□□□□□: 1(of 17)

□□□□□□□: 1:25:28

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|---------|------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 3.30 | 14:28 | 4:23 | 3 | 0:47 | 12 | 2:11 | 3.30 | 14:28 | 4:23 | 10 | - | 56 | |
| □□ 2 | 1.70 | 8:15 | 4:51 | 2 | 0:20 | 11 | 1:35 | 5.00 | 22:43 | 4:32 | 10 | - | 56 | |
| □□ 3 | 2.10 | 7:30 | 3:34 | 3 | 0:12 | 10 | 1:06 | 7.10 | 30:13 | 4:15 | 10 | - | 56 | |
| □□ 4 | 4.95 | 23:05 | 4:39 | 1 | - | 6 | 3:47 | 12.05 | 53:18 | 4:25 | 10 | - | 56 | |
| □□ 5 | 3.65 | 14:43 | 4:01 | 1 | - | 6 | 2:04 | 15.70 | 1:08:01 | 4:19 | 10 | - | 56 | |
| □□ 6 | 1.40 | 5:09 | 3:40 | 1 | - | 5 | 0:37 | 17.10 | 1:13:10 | 4:16 | 10 | - | 56 | |
| □□□ □□ | 3.70 | 12:18 | 3:19 | 1 | - | 3 | 0:57 | 20.80 | 1:25:28 | 4:06 | 1 | - | 7 | 12:17 |