



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Kuhman, Markus

□□: Hannover 96

□□: 777

□□: 20.80 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:26:43

□□: 13.84 km/h

□□□□: 4:10 min/km

□□□□□/□□□: 9 (of 93)

□□□□□/□: 9 (of 81)

□□□□□□: 1:13:11

□□□□□: 2(of 17)

□□□□□□□: 1:25:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	13:41	4:08	1	-	4	1:24	3.30	13:41	4:08	17	-	54	
□□ 2	1.70	7:55	4:39	1	-	5	1:15	5.00	21:36	4:19	17	-	54	
□□ 3	2.10	7:18	3:28	1	-	7	0:54	7.10	28:54	4:04	17	-	54	
□□ 4	4.95	23:14	4:41	2	0:09	7	3:56	12.05	52:08	4:19	17	-	54	
□□ 5	3.65	15:25	4:13	2	0:42	10	2:46	15.70	1:07:33	4:18	17	-	54	
□□ 6	1.40	5:35	3:59	3	0:26	11	1:03	17.10	1:13:08	4:16	17	-	54	
□□□ □□	3.70	13:35	3:40	2	1:17	10	2:14	20.80	1:26:43	4:10	2	1:15	9	13:32