



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Leppla, Frank

□□: LG Braunschweig

□□: 785

□□: 20.80 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:31:30

□□: 13.11 km/h

□□□□: 4:24 min/km

□□□□□/□□□: 15 (of 93)

□□□□□/□: 15 (of 81)

□□□□□□: 1:13:11

□□□□□: 1(of 10)

□□□□□□□: 1:31:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	14:33	4:24	1	-	13	2:16	3.30	14:33	4:24	1	-	48		
□□ 2	1.70	8:28	4:58	1	-	17	1:48	5.00	23:01	4:36	1	-	48		
□□ 3	2.10	7:51	3:44	1	-	13	1:27	7.10	30:52	4:20	1	-	48		
□□ 4	4.95	24:40	4:58	1	-	17	5:22	12.05	55:32	4:36	1	-	48		
□□ 5	3.65	16:03	4:23	1	-	16	3:24	15.70	1:11:35	4:33	1	-	48		
□□ 6	1.40	5:50	4:10	1	-	19	1:18	17.10	1:17:25	4:31	1	-	48		
□□□ □□	3.70	14:05	3:48	1	-	14	2:44	20.80	1:31:30	4:23	1	-	15	18:19	