



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Scheja, Damian

□□: Team ERDINGER Alkoholfrei
 □□: 751

□□: 20.80 km
 Halbmarathon

□□□□:
 Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:33:58

□□: 12.77 km/h
 □□□□: 4:31 min/km

□□□□□/□□□: 20 (of 93)

□□□□□/□: 18 (of 81)

□□□□□□: 1:13:11

□□□□□: 2(of 6)

□□□□□□□: 1:30:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	15:59	4:50	3	1:06	25	3:42	3.30	15:59	4:50	2	1:06	45	
□□ 2	1.70	8:41	5:06	2	0:20	19	2:01	5.00	24:40	4:56	2	1:26	45	
□□ 3	2.10	8:18	3:57	3	0:15	22	1:54	7.10	32:58	4:38	2	1:41	45	
□□ 4	4.95	24:34	4:57	2	0:37	16	5:16	12.05	57:32	4:46	2	2:18	45	
□□ 5	3.65	16:25	4:29	2	0:51	19	3:46	15.70	1:13:57	4:42	2	3:09	45	
□□ 6	1.40	5:48	4:08	2	0:11	18	1:16	17.10	1:19:45	4:39	2	3:20	45	
□□□ □□	3.70	14:13	3:50	2	0:05	18	2:52	20.80	1:33:58	4:31	2	3:25	18	20:47