



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Jacobs, Markus

□□: TSV Barsinghausen

□□: 721

□□: 20.80 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:36:47

□□: 12.40 km/h

□□□□: 4:39 min/km

□□□□□/□□□: 27 (of 93)

□□□□□/□: 25 (of 81)

□□□□□□: 1:13:11

□□□□□: 7(of 17)

□□□□□□□: 1:25:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	16:00	4:50	8	2:19	26	3:43	3.30	16:00	4:50	12	-	78	-
□□ 2	1.70	8:44	5:08	5	0:49	20	2:04	5.00	24:44	4:56	12	-	78	-
□□ 3	2.10	7:58	3:47	4	0:40	15	1:34	7.10	32:42	4:36	12	-	78	-
□□ 4	4.95	26:00	5:15	6	2:55	26	6:42	12.05	58:42	4:52	12	-	78	-
□□ 5	3.65	17:03	4:40	6	2:20	25	4:24	15.70	1:15:45	4:49	12	-	78	-
□□ 6	1.40	6:01	4:17	6	0:52	21	1:29	17.10	1:21:46	4:46	12	-	78	-
□□□ □□	3.70	15:01	4:03	6	2:43	26	3:40	20.80	1:36:47	4:39	7	11:19	25	23:36