



# 11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

**Grotrian, Martin**

□□: Hannover 96  
 □□: 716

□□: 20.80 km  
 Halbmarathon

□□□□:  
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:37:14

□□: 12.84 km/h  
 □□□□: 4:40 min/km

□□□□□/□□□: 28 (of 93)

□□□□□/□: 26 (of 81)

□□□□□□: 1:13:11

□□□□□: 8(of 17)

□□□□□□□: 1:25:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	15:02	4:33	6	1:21	19	2:45	3.30	15:02	4:33	11	-	77	
□□ 2	1.70	8:51	5:12	7	0:56	27	2:11	5.00	23:53	4:46	11	-	77	
□□ 3	2.10	8:14	3:55	7	0:56	19	1:50	7.10	32:07	4:31	11	-	77	
□□ 4	4.95	26:18	5:18	8	3:13	28	7:00	12.05	58:25	4:50	11	-	77	
□□ 5	3.65	17:14	4:43	8	2:31	27	4:35	15.70	1:15:39	4:49	11	-	77	
□□ 6	1.40	6:12	4:25	8	1:03	26	1:40	17.10	1:21:51	4:47	11	-	77	
□□□ □□	3.70	15:23	4:09	8	3:05	29	4:02	20.80	1:37:14	4:40	8	11:46	26	24:03