



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Hagedorn, Volker

□□: Augathonis Hannover

□□: 717

□□: 20.80 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:39:35

□□: 12.05 km/h

□□□□: 4:47 min/km

□□□□□/□□□: 32 (of 93)

□□□□□/□: 30 (of 81)

□□□□□□: 1:13:11

□□□□□: 7(of 19)

□□□□□□□: 1:25:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	15:25	4:40	5	1:23	22	3:08	3.30	15:25	4:40	14	-	73	
□□ 2	1.70	8:47	5:10	6	0:43	24	2:07	5.00	24:12	4:50	14	-	73	
□□ 3	2.10	8:24	4:00	7	1:10	25	2:00	7.10	32:36	4:35	14	-	73	
□□ 4	4.95	25:41	5:11	6	3:02	23	6:23	12.05	58:17	4:50	14	-	73	
□□ 5	3.65	17:33	4:48	7	3:13	30	4:54	15.70	1:15:50	4:49	14	-	73	
□□ 6	1.40	6:33	4:40	9	1:25	39	2:01	17.10	1:22:23	4:49	14	-	73	
□□□ □□	3.70	17:12	4:38	13	4:41	49	5:51	20.80	1:39:35	4:47	7	14:30	30	26:24