



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Janus, Jonathan

□□: Hannover
 □□: 722

□□: 20.80 km
 Halbmarathon

□□□□:
 Männer (20-29 Jahre)

□□□: 1:42:08

□□: 11.75 km/h
 □□□□: 4:55 min/km

□□□□□/□□□: 37 (of 93)

□□□□□/□: 34 (of 81)

□□□□□□: 1:13:11

□□□□□: 4(of 13)

□□□□□□□: 1:15:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	16:30	5:00	4	4:10	35	4:13	3.30	16:30	5:00	3	4:10	20		
□□ 2	1.70	8:57	5:15	4	2:03	30	2:17	5.00	25:27	5:05	4	6:13	69		
□□ 3	2.10	9:07	4:20	5	2:37	39	2:43	7.10	34:34	4:52	4	8:50	69		
□□ 4	4.95	26:56	5:26	5	6:53	33	7:38	12.05	1:01:30	5:06	4	15:43	68		
□□ 5	3.65	18:14	4:59	4	4:48	36	5:35	15.70	1:19:44	5:04	4	20:31	69		
□□ 6	1.40	6:30	4:38	5	1:46	36	1:58	17.10	1:26:14	5:02	4	22:17	69		
□□□ □□	3.70	15:54	4:17	5	4:09	34	4:33	20.80	1:42:08	4:54	4	26:26	34	28:57	