



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Kövtsoi, György

□□□: 1:42:33

□□: 768

□□: 12.17 km/h

□□□□: 4:56 min/km

□□: 20.80 km

□□□□□/□□□: 40 (of 93)

Halbmarathon

□□□□□/□: 37 (of 81)

□□□□□□: 1:13:11

□□□□:

□□□□□: 8(of 13)

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□□□□□: 1:13:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	17:11	5:12	9	4:54	46	4:54	3.30	17:11	5:12	8	4:54	66		
□□ 2	1.70	9:48	5:45	10	3:08	46	3:08	5.00	26:59	5:23	8	8:02	66		
□□ 3	2.10	8:51	4:12	8	2:27	35	2:27	7.10	35:50	5:02	8	10:29	66		
□□ 4	4.95	27:56	5:38	8	8:38	36	8:38	12.05	1:03:46	5:17	8	19:07	66		
□□ 5	3.65	17:38	4:49	8	4:59	31	4:59	15.70	1:21:24	5:11	8	24:06	66		
□□ 6	1.40	6:19	4:30	8	1:47	32	1:47	17.10	1:27:43	5:07	8	25:53	66		
□□□ □□	3.70	14:50	4:00	5	3:29	23	3:29	20.80	1:42:33	4:55	8	29:22	37	29:22	