



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Krause, Mandy

□□: Post SV Lehrte

□□: 728

□□: 20.80 km

Halbmarathon

□□□□:

Frauen (20-29 Jahre)

□□□: 1:44:15

□□: 11.51 km/h

□□□□: 5:01 min/km

□□□□□/□□□: 43 (of 93)

□□□□□/□: 4 (of 12)

□□□□□□: 1:31:31

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 1:44:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	16:45	5:04	1	-	4	2:17	3.30	16:45	5:04	1	-	3	2:17	
□□ 2	1.70	10:04	5:55	1	-	4	1:40	5.00	26:49	5:21	1	-	4	3:57	
□□ 3	2.10	8:35	4:05	1	-	3	0:36	7.10	35:24	4:59	1	-	4	4:33	
□□ 4	4.95	28:44	5:48	1	-	4	4:35	12.05	1:04:08	5:19	1	-	4	8:37	
□□ 5	3.65	18:19	5:01	1	-	4	2:15	15.70	1:22:27	5:15	1	-	4	10:52	
□□ 6	1.40	6:29	4:37	1	-	4	0:46	17.10	1:28:56	5:12	1	-	4	11:32	
□□□ □□	3.70	15:19	4:08	1	-	3	1:28	20.80	1:44:15	5:00	1	-	4	12:44	