



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Schulz, Benjamin

□□: TSV Schulenburg

□□: 754

□□: 20.80 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:44:54

□□: 11.44 km/h

□□□□: 5:02 min/km

□□□□□/□□□: 44 (of 93)

□□□□□/□: 40 (of 81)

□□□□□□: 1:13:11

□□□□□: 9(of 13)

□□□□□□□: 1:13:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	16:45	5:04	8	4:28	38	4:28	3.30	16:45	5:04	9	4:28	32		
□□ 2	1.70	9:22	5:30	8	2:42	37	2:42	5.00	26:07	5:13	9	7:10	32		
□□ 3	2.10	9:06	4:19	9	2:42	38	2:42	7.10	35:13	4:57	9	9:52	63		
□□ 4	4.95	28:18	5:43	9	9:00	39	9:00	12.05	1:03:31	5:16	9	18:52	63		
□□ 5	3.65	18:50	5:09	9	6:11	41	6:11	15.70	1:22:21	5:14	9	25:03	32		
□□ 6	1.40	6:31	4:39	9	1:59	37	1:59	17.10	1:28:52	5:11	9	27:02	63		
□□□ □□	3.70	16:02	4:20	9	4:41	37	4:41	20.80	1:44:54	5:02	9	31:43	40	31:43	