



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Wiedemann, Ute

□□: ohne

□□: 762

□□: 20.80 km

Halbmarathon

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:48:18

□□: 11.08 km/h

□□□□: 5:13 min/km

□□□□□/□□□: 49 (of 93)

□□□□□/□: 5 (of 12)

□□□□□□: 1:31:31

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 1:41:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	16:26	4:58	1	-	3	1:58	3.30	16:26	4:58	2			5	1:58
□□ 2	1.70	10:12	6:00	2	0:49	5	1:48	5.00	26:38	5:19	2	0:30		5	3:46
□□ 3	2.10	9:30	4:31	2	0:52	5	1:31	7.10	36:08	5:05	2	1:22		5	5:17
□□ 4	4.95	29:22	5:55	3	2:41	7	5:13	12.05	1:05:30	5:26	2	4:03		5	9:59
□□ 5	3.65	19:08	5:14	3	1:20	7	3:04	15.70	1:24:38	5:23	2	5:23		5	13:03
□□ 6	1.40	6:56	4:57	3	0:31	7	1:13	17.10	1:31:34	5:21	2	5:54		5	14:10
□□□ □□	3.70	16:44	4:31	3	0:37	7	2:53	20.80	1:48:18	5:12	2	6:31		5	16:47