



# 11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Haus, Andreas

□□□: 1:58:08

□□: 780

□□: 10.16 km/h

□□□□: 5:41 min/km

□□: 20.80 km

□□□□□/□□□: 68 (of 93)

Halbmarathon

□□□□□/□: 61 (of 81)

□□□□□□: 1:13:11

□□□□:

□□□□□: 5(of 10)

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□□□□□: 1:31:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	18:02	5:27	4	3:29	50	5:45	3.30	18:02	5:27	5	3:29	2		
□□ 2	1.70	10:34	6:12	4	2:06	54	3:54	5.00	28:36	5:43	5	5:35	2		
□□ 3	2.10	10:35	5:02	6	2:44	62	4:11	7.10	39:11	5:31	5	8:19	2		
□□ 4	4.95	30:58	6:15	5	6:18	58	11:40	12.05	1:10:09	5:49	5	14:37	2		
□□ 5	3.65	21:17	5:49	6	5:14	63	8:38	15.70	1:31:26	5:49	5	19:51	2	1:36	
□□ 6	1.40	7:11	5:07	5	1:21	56	2:39	17.10	1:38:37	5:46	5	21:12	2	1:57	
□□□ □□	3.70	19:31	5:16	8	5:26	69	8:10	20.80	1:58:08	5:40	5	26:38	61	44:57	