



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Paetz, Jens-Olaf

□□: Springe

□□: 742

□□: 20.80 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:59:06

□□: 10.08 km/h

□□□□: 5:44 min/km

□□□□□/□□□: 69 (of 93)

□□□□□/□: 62 (of 81)

□□□□□□: 1:13:11

□□□□□: 16(of 19)

□□□□□□□: 1:25:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	19:57	6:02	18	5:55	71	7:40	3.30	19:57	6:02	5	3:27	12	0:42
□□ 2	1.70	10:58	6:27	17	2:54	67	4:18	5.00	30:55	6:11	5	4:49	12	1:03
□□ 3	2.10	10:58	5:13	17	3:44	69	4:34	7.10	41:53	5:53	5	5:46	12	1:07
□□ 4	4.95	31:27	6:21	16	8:48	61	12:09	12.05	1:13:20	6:05	5	8:23	12	2:58
□□ 5	3.65	20:32	5:37	16	6:12	57	7:53	15.70	1:33:52	5:58	5	9:46	12	4:02
□□ 6	1.40	7:32	5:22	17	2:24	64	3:00	17.10	1:41:24	5:55	5	10:40	12	4:44
□□□ □□	3.70	17:42	4:47	14	5:11	55	6:21	20.80	1:59:06	5:43	16	34:01	62	45:55