



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Walz, Marc

□□: Hannover
 □□: 760

□□: 20.80 km
 Halbmarathon

□□□□:
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:59:29

□□: 10.04 km/h
 □□□□: 5:44 min/km

□□□□□/□□□: 70 (of 93)

□□□□□/□: 63 (of 81)

□□□□□□: 1:13:11

□□□□□: 16(of 17)

□□□□□□□: 1:25:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	19:13	5:49	15	5:32	60	6:56	3.30	19:13	5:49	3	2:51	8	
□□ 2	1.70	10:23	6:06	14	2:28	52	3:43	5.00	29:36	5:55	3	4:19	41	
□□ 3	2.10	9:46	4:39	14	2:28	53	3:22	7.10	39:22	5:32	3	5:00	8	
□□ 4	4.95	31:33	6:22	16	8:28	64	12:15	12.05	1:10:55	5:53	3	10:07	41	0:33
□□ 5	3.65	20:44	5:40	16	6:01	58	8:05	15.70	1:31:39	5:50	3	12:47	41	1:49
□□ 6	1.40	7:38	5:27	17	2:29	67	3:06	17.10	1:39:17	5:48	3	13:51	41	2:37
□□□ □□	3.70	20:12	5:27	17	7:54	71	8:51	20.80	1:59:29	5:44	16	34:01	63	46:18