



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Beck, Reiner

□□: Post SV Lehrte
 □□: 701

□□: 20.80 km
 Halbmarathon

□□□□:
 Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:01:33

□□: 10.27 km/h
 □□□□: 5:50 min/km

□□□□□/□□□: 74 (of 93)

□□□□□/□: 65 (of 81)

□□□□□□: 1:13:11

□□□□□: 6(of 10)

□□□□□□□: 1:31:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	20:06	6:05	9	5:33	72	7:49	3.30	20:06	6:05	6	5:33	39	0:51
□□ 2	1.70	12:21	7:15	10	3:53	75	5:41	5.00	32:27	6:29	6	9:26	39	2:35
□□ 3	2.10	10:37	5:03	7	2:46	63	4:13	7.10	43:04	6:03	6	12:12	39	2:18
□□ 4	4.95	32:34	6:34	6	7:54	69	13:16	12.05	1:15:38	6:16	6	20:06	39	5:16
□□ 5	3.65	20:59	5:44	5	4:56	62	8:20	15.70	1:36:37	6:09	6	25:02	39	6:47
□□ 6	1.40	7:13	5:09	6	1:23	57	2:41	17.10	1:43:50	6:04	6	26:25	39	7:10
□□□ □□	3.70	17:43	4:47	5	3:38	57	6:22	20.80	2:01:33	5:50	6	30:03	65	48:22