



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Ladage, Kerstin

□□: Edeka Ladage, Wennigsen
 □□: 732

□□: 20.80 km
 Halbmarathon

□□□□:
 Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:08:03

□□: 9.37 km/h
 □□□□: 6:10 min/km

□□□□□/□□□: 82 (of 93)

□□□□□/□: 11 (of 12)

□□□□□□: 1:31:31

□□□□□: 2 (of 3)

□□□□□□□: 2:00:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	20:58	6:21	2	0:53	11	6:30	3.30	20:58	6:21	2	0:53	11	6:30	
□□ 2	1.70	12:09	7:08	2	0:30	11	3:45	5.00	33:07	6:37	2	1:23	11	10:15	
□□ 3	2.10	9:45	4:38	1	-	7	1:46	7.10	42:52	6:02	2		11	12:01	
□□ 4	4.95	34:20	6:56	2	1:48	11	10:11	12.05	1:17:12	6:24	2	1:45	11	21:41	
□□ 5	3.65	22:34	6:10	2	1:27	11	6:30	15.70	1:39:46	6:21	2	3:12	11	28:11	
□□ 6	1.40	9:19	6:39	3	2:07	12	3:36	17.10	1:49:05	6:22	2	5:19	11	31:41	
□□□ □□	3.70	18:58	5:07	2	2:05	11	5:07	20.80	2:08:03	6:09	2	7:24	11	36:32	