



# 11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Wanjiku Wangai-Senft, Benedict

□□□: 24:13

□□: Diakonie

□□: 12.39 km/h

□□: 116

□□□□: 4:50 min/km

□□: 5.00 km

□□□□□/□□□: 7 (of 30)

5 km-Lauf

□□□□□/□: 2 (of 15)

□□□□□□: 21:43

□□□□:

□□□□□: 1(of 3)

Frauen (20-29 Jahre)

□□□□□□□: 24:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.30	16:46	5:04	1	-	2	1:32	3.30	16:46	5:04	1	-	2	1:32
□□□ □□	1.70	7:27	4:22	1	-	4	0:58	5.00	24:13	4:50	1	-	2	2:30