



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Berhstein, Janna

□□: Tsv Kirchdorf

□□: 122

□□: 5.00 km

5 km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 24:36

□□: 12.20 km/h

□□□□: 4:55 min/km

□□□□□/□□□: 9 (of 30)

□□□□□/□: 4 (of 15)

□□□□□□: 21:43

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 24:36

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 3.30 | 17:02 | 5:09 | 1 | - | 4 | 1:48 | 3.30 | 17:02 | 5:09 | 1 | - | 4 | 1:48 | |
| □□□ □□ | 1.70 | 7:34 | 4:27 | 1 | - | 5 | 1:05 | 5.00 | 24:36 | 4:55 | 1 | - | 4 | 2:53 | |