



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Salzmann, Rolf

□□: SG Bredenbeck

□□: 112

□□: 5.00 km

5 km-Lauf

□□□□:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

□□□: 24:38

□□: 12.18 km/h

□□□□: 4:56 min/km

□□□□□/□□□: 10 (of 30)

□□□□□/□: 6 (of 15)

□□□□□□: 17:39

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 24:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	17:10	5:12	1	-	6	4:49	3.30	17:10	5:12	1	-	6	4:49
□□□ □□	1.70	7:28	4:23	1	-	6	2:10	5.00	24:38	4:55	1	-	6	6:59