



11. Deisterberglauf
Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Mewes, Gwendolyn

□□: Dets RaceTeam

□□: 320

□□: 9.70 km

10 km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

□□□: 42:23

□□: 12.74 km/h

□□□□: 4:22 min/km

□□□□□/□□□: 6 (of 51)

□□□□□/□: 2 (of 12)

□□□□□□: 40:59

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 42:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	15:40	4:44	1	-	2	0:55	3.30	15:40	4:44	1	-	2	0:55	
□□ 2	1.70	8:49	5:11	1	-	2	0:47	5.00	24:29	4:53	1	-	2	1:42	
□□ 3	2.10	7:29	3:33	1	-	1	-	7.10	31:58	4:30	1	-	2	1:27	
□□□ □□	2.60	10:25	4:00	1	-	1	-	9.70	42:23	4:22	1	-	2	1:24	