



# 11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Jeep, Iris

□□: Hannover 96

□□: 314

□□: 9.70 km

10 km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 47:36

□□: 11.34 km/h

□□□□: 4:55 min/km

□□□□□/□□□: 21 (of 51)

□□□□□/□: 4 (of 12)

□□□□□□: 40:59

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 47:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	16:58	5:08	1	-	4	2:13	3.30	16:58	5:08	1	-	4	2:13	
□□ 2	1.70	9:41	5:41	1	-	3	1:39	5.00	26:39	5:19	1	-	4	3:52	
□□ 3	2.10	8:52	4:13	1	-	4	1:23	7.10	35:31	5:00	1	-	4	5:00	
□□□ □□	2.60	12:05	4:38	1	-	5	1:40	9.70	47:36	4:54	1	-	4	6:37	