



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Melzian, Ute

□□: TuS Altwarmbüchen

□□: 106

□□: 5.00 km

5 km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W60 (60-64 Jahre)

□□□: 35:24

□□: 8.47 km/h

□□□□: 7:05 min/km

□□□□□/□□□: 26 (of 30)

□□□□□/□: 12 (of 15)

□□□□□□: 21:43

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 35:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.30	23:28	7:06	1	-	11	8:14	3.30	23:28	7:06	1	-	12	8:14
□□□ □□	1.70	11:56	7:01	1	-	14	5:27	5.00	35:24	7:04	1	-	12	13:41