



# 11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Harms, Yvonne

□□: Hannover

□□: 312

□□: 9.70 km

10 km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 50:00

□□: 10.80 km/h

□□□□: 5:09 min/km

□□□□□/□□□: 28 (of 51)

□□□□□/□: 6 (of 12)

□□□□□□: 40:59

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 50:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	18:32	5:36	2	0:10	7	3:47	3.30	18:32	5:36	1	-	6	3:47
□□ 2	1.70	9:50	5:47	1	-	5	1:48	5.00	28:22	5:40	1	-	6	5:35
□□ 3	2.10	9:36	4:34	2	0:02	7	2:07	7.10	37:58	5:20	1	-	6	7:27
□□□ □□	2.60	12:02	4:37	1	-	4	1:37	9.70	50:00	5:09	1	-	6	9:01