



11. Deisterberglauf  
Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Theus, Jan

□□: 127

□□: 5.00 km  
5 km-Lauf

□□□□:  
männliche Jugend U16 (14 Jahre)

□□□: 38:27

□□: 7.80 km/h  
□□□□: 7:41 min/km

□□□□□/□□□: 30 (of 30)

□□□□□/□: 15 (of 15)

□□□□□□: 17:39

□□□□□: 4(of 4)

□□□□□□□: 26:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	25:32	7:44	4	7:31	15	13:11	3.30	25:32	7:44	4	7:31	15	13:11
□□□ □□	1.70	12:55	7:35	4	4:34	15	7:37	5.00	38:27	7:41	4	12:05	15	20:48