



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

□□□□

Gustorf, Torsten

□□: CarUnion

□□: 311

□□: 9.70 km

10 km-Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 56:56

□□: 9.48 km/h

□□□□: 5:52 min/km

□□□□□/□□□: 40 (of 51)

□□□□□/□: 31 (of 39)

□□□□□□: 34:28

□□□□□: 4(of 4)

□□□□□□□: 44:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	19:46	5:59	4	4:01	32	7:04	3.30	19:46	5:59	4	4:01	12	0:03
□□ 2	1.70	12:25	7:18	4	2:41	34	5:28	5.00	32:11	6:26	4	6:42	12	0:17
□□ 3	2.10	10:46	5:07	3	2:27	32	4:20	7.10	42:57	6:02	4	9:09	12	
□□□ □□	2.60	13:59	5:22	4	2:52	31	5:36	9.70	56:56	5:52	4	12:01	31	22:28