



35. Alteburglauf
Arnstadt / 03.05.2013

□□□□

Senz, Stefan

□□: SV Ichtershausen
□□: 190

□□: 10.00 km
Hauptlauf

□□□□:
Männer (20-29 Jahre)

□□□: 38:59

□□: 15.39 km/h
□□□□: 3:54 min/km

□□□□□/□□□: 7 (of 114)

□□□□□/□: 7 (of 95)

□□□□□□: 36:06

□□□□□: 4(of 13)

□□□□□□□: 36:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	2.30	7:57	3:27	4	0:11	5	0:11	2.30	7:57	3:27	4	0:11	67	
□□ 2	3.80	16:14	4:16	4	1:21	9	1:36	6.10	24:11	3:57	4	1:32	67	
□□□ Ziel	3.90	14:48	3:47	4	1:21	7	1:26	10.00	38:59	3:53	4	2:53	7	2:53