



35. Alteburglauf
Arnstadt / 03.05.2013

□□□□

Strauß, Christian

□□: Rennsteiglaufverein/LG Süd
□□: 194

□□: 10.00 km
Hauptlauf

□□□□:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 40:25

□□: 14.85 km/h
□□□□: 4:02 min/km

□□□□□/□□□: 11 (of 114)

□□□□□/□: 11 (of 95)

□□□□□□: 36:06

□□□□□: 2(of 18)

□□□□□□□: 40:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	2.30	8:44	3:47	2	0:14	15	0:58	2.30	8:44	3:47	18			63	
□□ 2	3.80	16:30	4:20	2	0:08	11	1:52	6.10	25:14	4:08	18			63	
□□□ Ziel	3.90	15:11	3:53	1	-	8	1:49	10.00	40:25	4:02	2	0:10	11	4:19	