



35. Alteburglauf
Arnstadt / 03.05.2013

□□□□

Herrmann, Michael

□□: sc impuls erfurt

□□: 146

□□: 10.00 km

Hauptlauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 41:20

□□: 14.52 km/h

□□□□: 4:08 min/km

□□□□□/□□□: 14 (of 114)

□□□□□/□: 13 (of 95)

□□□□□□: 36:06

□□□□□: 1(of 5)

□□□□□□□: 41:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	2.30	8:38	3:45	1	-	14	0:52	2.30	8:38	3:45	1	-	49	
□□ 2	3.80	16:44	4:24	1	-	13	2:06	6.10	25:22	4:09	1	-	49	
□□□ Ziel	3.90	15:58	4:05	1	-	15	2:36	10.00	41:20	4:08	1	-	13	5:14