



35. Alteburglauf
 Arnstadt / 03.05.2013

□□□□

Schadwinkel, Andy

□□: GMRV Langwiesen

□□: 237

□□: 10.00 km

Hauptlauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 42:26

□□: 14.14 km/h

□□□□: 4:14 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 114)

□□□□□/□: 17 (of 95)

□□□□□□: 36:06

□□□□□: 4(of 18)

□□□□□□□: 40:15

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|---------|------|-------|--------|----|------|----|------|-------|-------|--------|----|------|----|------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| □□ 1 | 2.30 | 8:54 | 3:52 | 4 | 0:24 | 17 | 1:08 | 2.30 | 8:54 | 3:52 | 16 | - | 57 | |
| □□ 2 | 3.80 | 17:24 | 4:34 | 4 | 1:02 | 18 | 2:46 | 6.10 | 26:18 | 4:18 | 16 | - | 57 | |
| □□ Ziel | 3.90 | 16:08 | 4:08 | 4 | 0:57 | 17 | 2:46 | 10.00 | 42:26 | 4:14 | 4 | 2:11 | 17 | 6:20 |