



35. Alteburglauf  
Arnstadt / 03.05.2013

□□□□

Schnauß, Markus

□□: Katholische Laufjugend Arnstadt  
□□: 183

□□: 10.00 km  
Hauptlauf

□□□□:  
Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 44:16

□□: 13.55 km/h  
□□□□: 4:26 min/km

□□□□□/□□□: 30 (of 114)

□□□□□/□: 28 (of 95)

□□□□□□: 36:06

□□□□□: 5(of 9)

□□□□□□□: 36:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	2.30	8:56	3:53	3	1:09	19	1:10	2.30	8:56	3:53	5	1:09	93	
□□ 2	3.80	17:51	4:41	3	2:58	23	3:13	6.10	26:47	4:23	5	4:07	93	
□□□ Ziel	3.90	17:29	4:28	7	3:47	43	4:07	10.00	44:16	4:25	5	7:54	28	8:10