



35. Alteburglauf  
Arnstadt / 03.05.2013

□□□□

Wolfig, Uwe

□□: Plaue

□□: 275

□□: 10.00 km

Hauptlauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 44:36

□□: 13.45 km/h

□□□□: 4:28 min/km

□□□□□/□□□: 33 (of 114)

□□□□□/□: 31 (of 95)

□□□□□□: 36:06

□□□□□: 1(of 9)

□□□□□□□: 44:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	2.30	9:28	4:06	1	-	29	1:42	2.30	9:28	4:06	1	-	89		
□□ 2	3.80	18:14	4:47	1	-	31	3:36	6.10	27:42	4:32	1	-	90		
□□□ Ziel	3.90	16:54	4:19	2	0:12	33	3:32	10.00	44:36	4:27	1	-	31	8:30	