



35. Alteburglauf  
 Arnstadt / 03.05.2013

□□□□

Hezel, Wolfgang

□□: LTV Erfurt e.V.

□□: 148

□□: 10.00 km

Hauptlauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 45:24

□□: 13.22 km/h

□□□□: 4:32 min/km

□□□□□/□□□: 36 (of 114)

□□□□□/□: 34 (of 95)

□□□□□□: 36:06

□□□□□: 2(of 9)

□□□□□□□: 44:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	2.30	9:44	4:13	2	0:16	36	1:58	2.30	9:44	4:13	2	0:16	87		
□□ 2	3.80	18:29	4:51	2	0:15	34	3:51	6.10	28:13	4:37	2	0:31	87		
□□□ Ziel	3.90	17:11	4:24	3	0:29	36	3:49	10.00	45:24	4:32	2	0:48	34	9:18	