



35. Alteburglauf
 Arnstadt / 03.05.2013

□□□□

Trefflich, Denny

□□: Bittstädt

□□: 197

□□: 10.00 km

Hauptlauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 45:32

□□: 13.18 km/h

□□□□: 4:33 min/km

□□□□□/□□□: 37 (of 114)

□□□□□/□: 35 (of 95)

□□□□□□: 36:06

□□□□□: 5(of 11)

□□□□□□□: 38:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	2.30	9:19	4:03	3	1:11	26	1:33	2.30	9:19	4:03	5	1:08	86	
□□ 2	3.80	18:48	4:56	5	3:19	37	4:10	6.10	28:07	4:36	5	4:27	86	
□□□ Ziel	3.90	17:25	4:27	6	2:46	41	4:03	10.00	45:32	4:33	5	7:13	35	9:26