



35. Alteburglauf
 Arnstadt / 03.05.2013

□□□□

Olm, Patrick

□□: SRL-Sportclub-Arnstadt e.V.
 □□: 166

□□: 10.00 km
 Hauptlauf

□□□□:
 Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 45:47

□□: 13.11 km/h
 □□□□: 4:35 min/km

□□□□□/□□□: 39 (of 114)

□□□□□/□: 37 (of 95)

□□□□□□: 36:06

□□□□□: 6(of 11)

□□□□□□□: 38:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	2.30	9:29	4:07	4	1:21	31	1:43	2.30	9:29	4:07	6	1:18	80	
□□ 2	3.80	19:24	5:06	6	3:55	47	4:46	6.10	28:53	4:44	6	5:13	84	
□□ Ziel	3.90	16:54	4:19	5	2:15	33	3:32	10.00	45:47	4:34	6	7:28	37	9:41