



35. Alteburglauf  
Arnstadt / 03.05.2013

□□□□

Jänke, Ric

□□: Spowis Jena

□□: 153

□□: 10.00 km

Hauptlauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 47:20

□□: 12.68 km/h

□□□□: 4:44 min/km

□□□□□/□□□: 51 (of 114)

□□□□□/□: 46 (of 95)

□□□□□□: 36:06

□□□□□: 9(of 13)

□□□□□□□: 36:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	2.30	10:31	4:34	9	2:45	56	2:45	2.30	10:31	4:34	9	2:45	74	
□□ 2	3.80	19:14	5:03	8	4:21	42	4:36	6.10	29:45	4:52	9	7:06	74	
□□□ Ziel	3.90	17:35	4:30	10	4:08	47	4:13	10.00	47:20	4:44	9	11:14	46	11:14