



35. Alteburglauf  
Arnstadt / 03.05.2013

□□□□

Meier, Rene

□□: 1. SV Dienststedt-Hettstedt  
□□: 240

□□: 10.00 km  
Hauptlauf

□□□□:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 47:58

□□: 12.51 km/h  
□□□□: 4:48 min/km

□□□□□/□□□: 56 (of 114)

□□□□□/□: 52 (of 95)

□□□□□□: 36:06

□□□□□: 6(of 9)

□□□□□□□: 44:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	2.30	10:18	4:28	5	0:50	48	2:32	2.30	10:18	4:28	6	0:50	21	
□□ 2	3.80	19:38	5:10	6	1:24	53	5:00	6.10	29:56	4:54	6	2:14	21	
□□□ Ziel	3.90	18:02	4:37	5	1:20	54	4:40	10.00	47:58	4:47	6	3:22	52	11:52