



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 | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-------|------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 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 |