



35. Alteburglauf
 Arnstadt / 03.05.2013

□□□□

Schreier, Konrad

□□: SG Motor Arnstadt
 □□: 186

□□: 10.00 km
 Hauptlauf

□□□□:
 Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 48:16

□□: 12.43 km/h
 □□□□: 4:50 min/km

□□□□□/□□□: 58 (of 114)

□□□□□/□: 54 (of 95)

□□□□□□: 36:06

□□□□□: 3(of 5)

□□□□□□□: 41:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	2.30	10:27	4:32	3	1:49	52	2:41	2.30	10:27	4:32	3	1:49	19	
□□ 2	3.80	19:35	5:09	3	2:51	51	4:57	6.10	30:02	4:55	3	4:40	19	
□□□ Ziel	3.90	18:14	4:40	4	2:16	58	4:52	10.00	48:16	4:49	3	6:56	54	12:10