



35. Alteburglauf  
Arnstadt / 03.05.2013

□□□□

Cazin, Ulrich

□□□: 51:24

□□: 241

□□: 11.67 km/h

□□□□: 5:08 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 80 (of 114)

Hauptlauf

□□□□□/□: 70 (of 95)

□□□□□□: 36:06

□□□□:

□□□□□: 5(of 5)

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□□□□□: 41:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	2.30	11:20	4:55	5	2:42	76	3:34	2.30	11:20	4:55	5	2:42	3	0:35
□□ 2	3.80	20:34	5:24	5	3:50	65	5:56	6.10	31:54	5:13	5	6:32	3	1:11
□□□ Ziel	3.90	19:30	5:00	5	3:32	71	6:08	10.00	51:24	5:08	5	10:04	70	15:18