



35. Alteburglauf
Arnstadt / 03.05.2013

□□□□

Dehmel, Gerhard

□□: ThWV Ilmenau

□□: 260

□□: 10.00 km

Hauptlauf

□□□□:

Senioren M70 (70-74 Jahre)

□□□: 53:25

□□: 11.23 km/h

□□□□: 5:20 min/km

□□□□□/□□□: 87 (of 114)

□□□□□/□: 77 (of 95)

□□□□□□: 36:06

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 53:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	2.30	11:18	4:54	1	-	75	3:32	2.30	11:18	4:54	1	-	47	0:33	
□□ 2	3.80	22:09	5:49	1	-	80	7:31	6.10	33:27	5:29	1	-	47	2:44	
□□□ Ziel	3.90	19:58	5:07	1	-	79	6:36	10.00	53:25	5:20	1	-	77	17:19	