



35. Alteburglauf
Arnstadt / 03.05.2013

□□□□

Völker, Ekkehard

□□: Arnstadt

□□: 199

□□: 10.00 km

Hauptlauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:02:17

□□: 9.63 km/h

□□□□: 6:14 min/km

□□□□□/□□□: 109 (of 114)

□□□□□/□: 92 (of 95)

□□□□□□: 36:06

□□□□□: 9(of 9)

□□□□□□□: 44:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	2.30	13:28	5:51	9	4:00	94	5:42	2.30	13:28	5:51	9	4:00	31	2:43	
□□ 2	3.80	25:14	6:38	9	7:00	92	10:36	6.10	38:42	6:20	9	11:00	31	7:59	
□□□ Ziel	3.90	23:35	6:02	9	6:53	92	10:13	10.00	1:02:17	6:13	9	17:41	92	26:11	