



35. Alteburglauf
Arnstadt / 03.05.2013

□□□□

Pohl, Günther

□□: Erfurt

□□: 170

□□: 10.00 km

Hauptlauf

□□□□:

Senioren M70 (70-74 Jahre)

□□□: 1:04:09

□□: 9.35 km/h

□□□□: 6:25 min/km

□□□□□/□□□: 113 (of 114)

□□□□□/□: 94 (of 95)

□□□□□□: 36:06

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 53:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	2.30	12:57	5:37	2	1:39	91	5:11	2.30	12:57	5:37	2	1:39	29	2:12
□□ 2	3.80	26:26	6:57	2	4:17	93	11:48	6.10	39:23	6:27	2	5:56	29	8:40
□□□ Ziel	3.90	24:46	6:21	2	4:48	95	11:24	10.00	1:04:09	6:24	2	10:44	94	28:03