



44. Alteburglauf
Arnstadt / 05.05.2023

Detailauswertung

Lindenlaub, Ralf

Verein: Die Flinken Gerataler
Startnummer: 366

Strecke: 21,00 km
Halbmarathon

Kategorie:
Senioren M45 (45-49)

Gesamt-Zeit: 1:55:31

Geschwindigkeit: 10,91 km/h
Laufleistung: 5:30 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 9 (von 27)
Strecken-Platzierung/Männer: 9 (von 24)
Bestzeit der Strecke: 1:31:35

Kategorie-Platzierung: 1(von 3)
Bestzeit in der Kategorie: 1:55:31

Zwischenzeiten				Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
Kontrolle	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde 1	10,50	57:08	5:26	1	-	13	12:54	10,50	57:08	5:26	1	-	13	12:54
Runde 2	10,40	57:57	5:34	2	1:04	8	10:58	20,90	1:55:05	5:30	1	-	9	23:52
Letzte Runde Alt	0,10	0:26	4:19	2	0:03	8	0:07	21,00	1:55:31	5:30	1	-	9	23:56