



43. Alteburglauf
 Arnstadt / 06.05.2022

evaluación detallada

Lindenlaub, Ralf

Asociación: Die Flinken Gerataler
 Dorsal: 18

recorrido: 21.10 km
 Halbmarathon

categoría:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 2:03:11

velocidad: 10.23 km/h
 rendimiento en carrera: 5:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 21 (de 32)
 posición en el recorrido/Men: 21 (de 29)
 mejor tiempo del recorrido: 1:26:29

posición en la categoría: 2(de 2)
 mejor tiempo en la categoría: 1:50:04

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa		etapaposisió retraso				Total		Total		Total posició retraso			
	km	tiempo	min/km	categoría	Men	Men	km	tiempo	min/km	categoría	Men	Men		
Wendestelle	10.40	55:42	5:21	2	2:58	17	13:22	10.40	55:42	5:21	2	2:58	17	13:22
Alteburg-Turm	10.70	1:07:29	6:18	2	10:09	24	43:04	21.10	2:03:11	5:50	2	13:07	21	36:42