



45. Alteburglauf - Hubertus Triebel Gedächtnislauf

Arnstadt / 30.04.2024

Exploitation détaillée

Ralf Lindenlaub

Association: Die Flinken Gerataler

Dossard: 392

Circuit: 21.10 km

Halbmarathon

Catégorie:

Senioren M50 (50-54) M

Temps total: 2:00:39

Vitesse: 10.44 km/h

Kilométrage: 5:43 min/km

Place par parcours/Total: 9 (de 32)

Place par parcours/Hommes: 7 (de 25)

Meilleur temps dans le parcours: 1:26:35

Place par catégorie: 2(de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:49:52

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires			Résultats d'étape				Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Runde	10.50	1:00:08	5:43	2	7:20	11	18:23	10.50	1:00:08	5:43	2	7:20	11	18:23
Runde	10.40	1:00:03	5:46	2	3:29	10	42:20	20.90	2:00:11	5:45	2	10:49	10	45:48
Alteburg-Turm	0.20	0:28	2:19	1	-	7	0:28	21.10	2:00:39	5:43	2	10:47	7	34:04