



41. Alteburglauf  
Arnstadt / 03.05.2019

□□□□

**Bangert, Holker**

□□: TVK Aikido

□□: 222

□□: 10.60 km

Hauptlauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 58:36

□□: 10.85 km/h

□□□□: 5:32 min/km

□□□□□/□□□: 61 (of 109)

□□□□□/□: 57 (of 85)

□□□□□□: 39:48

□□□□□: 7(of 14)

□□□□□□□: 44:33