



42. Alteburglauf  
 Arnstadt / 10.09.2021

□□□□

Röder, Stefan

□□: RSV Adler Arnstadt e.V.  
 □□: 440

□□: 21.10 km  
 Halbmarathon

□□□□:  
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:44:09

□□: 12.10 km/h  
 □□□□: 4:56 min/km

□□□□□/□□□: 3 (of 11)

□□□□□/□: 3 (of 9)

□□□□□□: 1:33:48

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 1:44:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Wendestelle	10.40	50:04	4:48	1	-	2	3:32	10.40	50:04	4:48	1	-	2	3:32
Alteburg-Turm	10.70	54:05	5:03	1	-	3	6:49	21.10	1:44:09	4:56	1	-	2	10:21