



43. Alteburglauf
 Arnstadt / 06.05.2022

□□□□

Wanke, Maik

□□: Arnstadt
 □□: 31

□□: 21.10 km
 Halbmarathon

□□□□:
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:53:14

□□: 11.18 km/h
 □□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 16 (of 32)

□□□□□/□: 16 (of 29)

□□□□□□: 1:26:29

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 1:43:30

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|---------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Wendestelle | 10.40 | 52:52 | 5:04 | 3 | 1:40 | 12 | 10:32 | 10.40 | 52:52 | 5:04 | 3 | 1:40 | 12 | 10:32 |
| Alteburg-Turm | 10.70 | 1:00:22 | 5:38 | 3 | 8:04 | 18 | 35:57 | 21.10 | 1:53:14 | 5:21 | 3 | 9:44 | 16 | 26:45 |