



44. Alteburglauf

Arnstadt / 05.05.2023

□□□□

Garz, Christian

□□: N3 Sportverein e.V.

□□: 355

□□: 21.00 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M40 (40-44)

□□□: 1:48:36

□□: 11.60 km/h

□□□□: 5:10 min/km

□□□□□/□□□: 5 (of 27)

□□□□□/□: 5 (of 24)

□□□□□□: 1:31:35

□□□□□: 4(of 6)

□□□□□□□: 1:31:35

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 10.50 | 54:32 | 5:11 | 4 | 10:18 | 4 | 10:18 | 10.50 | 54:32 | 5:11 | 4 | 10:18 | 4 | 10:18 |
| □□ 2 | 10.40 | 53:42 | 5:09 | 4 | 6:43 | 5 | 6:43 | 20.90 | 1:48:14 | 5:10 | 4 | 17:01 | 5 | 17:01 |
| □□□ Alteburg-Tur | 0.10 | 0:22 | 3:39 | 2 | 0:03 | 2 | 0:03 | 21.00 | 1:48:36 | 5:10 | 4 | 17:01 | 5 | 17:01 |