



44. Alteburglauf  
Arnstadt / 05.05.2023

□□□□

Mämpel, Jörg

□□: Ilmenau

□□: 285

□□: 10.60 km

Hauptlauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44)

□□□: 59:17

□□: 10.12 km/h

□□□□: 5:35 min/km

□□□□□/□□□: 44 (of 89)

□□□□□/□: 39 (of 65)

□□□□□□: 41:52

□□□□□: 8(of 14)

□□□□□□□: 41:52