



44. Alteburglauf

Arnstadt / 05.05.2023

□□□□

Seibert, Christian

□□: Arnstadt
 □□: 371

□□: 21.00 km
 Halbmarathon

□□□□:
 Senioren M50 (50-54)

□□□: 2:07:17

□□: 9.90 km/h
 □□□□: 6:04 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 27)

□□□□□/□: 17 (of 24)

□□□□□□: 1:31:35

□□□□□: 4(of 5)

□□□□□□□: 1:45:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	10.50	1:01:53	5:53	4	7:21	17	17:39	10.50	1:01:53	5:53	4	7:21	17	17:39
□□ 2	10.40	1:04:55	6:14	4	13:51	18	17:56	20.90	2:06:48	6:04	4	21:12	17	35:35
□□□ Alteburg-Tur	0.10	0:29	4:49	3	0:07	15	0:10	21.00	2:07:17	6:03	4	21:19	17	35:42