



44. Alteburglauf
 Arnstadt / 05.05.2023

□□□□

Wolter, Steffen

□□: RennsteigSpirit.Training

□□: 377

□□: 21.00 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M55 (55-59)

□□□: 2:10:19

□□: 9.67 km/h

□□□□: 6:13 min/km

□□□□□/□□□: 19 (of 27)

□□□□□/□: 18 (of 24)

□□□□□□: 1:31:35

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 2:10:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	10.50	1:05:01	6:11	1	-	19	20:47	10.50	1:05:01	6:11	1	-	19	20:47
□□ 2	10.40	1:04:52	6:14	1	-	17	17:53	20.90	2:09:53	6:12	1	-	18	38:40
□□□ Alteburg-Tur	0.10	0:26	4:19	1	-	8	0:07	21.00	2:10:19	6:12	1	-	18	38:44