



44. Alteburglauf
 Arnstadt / 05.05.2023

□□□□

Heym, Andreas

□□: EDEKA-Team ERFURT
 □□: 360

□□: 21.00 km
 Halbmarathon

□□□□:
 Senioren M45 (45-49)

□□□: 2:13:43

□□: 9.42 km/h
 □□□□: 6:22 min/km

□□□□□/□□□: 23 (of 27)

□□□□□/□: 20 (of 24)

□□□□□□: 1:31:35

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 1:55:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	10.50	1:03:22	6:02	3	6:14	18	19:08	10.50	1:03:22	6:02	3	6:14	18	19:08
□□ 2	10.40	1:09:49	6:42	3	12:56	20	22:50	20.90	2:13:11	6:22	3	18:06	20	41:58
□□□ Alteburg-Tur	0.10	0:32	5:19	3	0:09	17	0:13	21.00	2:13:43	6:22	3	18:12	20	42:08