



21. Kirschlauf
Kleinfahner/Thür. / 11.06.2023

□□□□

Bernd Kalinowski

□□: Laufclub Rudolstadt e.V.

□□: 64

□□: 14.00 km

Hauptlauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49)

□□□: 1:16:32

□□: 10.98 km/h

□□□□: 5:28 min/km

□□□□□/□□□: 64 (of 175)

□□□□□/□: 54 (of 123)

□□□□□□: 47:53

□□□□□: 10(of 20)

□□□□□□□: 56:02

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Kontrolle 31 | - | 33:05 | - | 10 | 9:12 | 56 | 12:20 | - | 33:05 | - | 10 | 9:12 | 56 | 12:20 |
| Ziel | - | 43:27 | - | 9 | 11:18 | 48 | 16:19 | 14.00 | 1:16:32 | - | 10 | 20:30 | 54 | 28:39 |