



16. Ilmenauer Osterlauf  
Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

## Detailauswertung

Lindenlaub, Ralf

Verein: Die flinken Gerataler  
Startnummer: 315

Strecke: 9,30 km  
Kurze Strecke

Kategorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 42:42

Geschwindigkeit: 12,65 km/h  
Laufleistung: 4:35 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 45 (von 321)  
Strecken-Platzierung/Männer: 43 (von 189)  
Bestzeit der Strecke: 32:19

Kategorie-Platzierung: 3(von 21)  
Bestzeit in der Kategorie: 41:00