



## 6. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau-Heyda / 11.04.2009

### Detailed evaluation

#### Freitag, Roman

Club: Katholische Laufjugend Arnstadt  
Number: 677

Course: 18.50 km  
Lange Strecke

Category:  
Männer M20

Total time: 1:25:36

Speed: 12.62 km/h  
Running performance: 4:38 min/km

Rank in course/Total: 54 (of 158)

Rank in course/Men: 50 (of 131)

Best time in course: 1:06:39

Rank in category: 11(of 23)

Best time in the category: 1:07:20