



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 03.04.2010

### Detailed evaluation

**Rost, Frank**

Club: Ilmtalläufer Bad Berka

Number: 139

Course: 9.30 km

Kurze Strecke

Category:

Männer M40

Total time: 43:07

Speed: 12.52 km/h

Running performance: 4:38 min/km

Rank in course/Total: 75 (of 286)

Rank in course/Men: 71 (of 209)

Best time in course: 31:06

Rank in category: 12(of 27)

Best time in the category: 31:57