



# 11. Ilmenauer Osterlauf \ "Rund um die Talsperre Heyda" \

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 19.04.2014

## Detailed evaluation

**Lindenlaub, Ralf**

Club: Flinke Gerataler

Number: 500

Course: 18.50 km

Lange Strecke

Category:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Total time: 1:25:21

Speed: 12.65 km/h

Running performance: 4:37 min/km

Rank in course/Total: 49 (of 157)

Rank in course/Men: 48 (of 138)

Best time in course: 1:04:36

Rank in category: 5(of 14)

Best time in the category: 1:14:25