



12. Ilmenauer Osterlauf  
Ilmenau, Ortsteil Heyda / 04.04.2015

Detailed evaluation

Freitag, Roman

Club: Kath. Laufjugend Arnstadt  
Number: 369

Course: 18.50 km  
Lange Strecke

Category:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Total time: 1:14:57

Speed: 14.41 km/h  
Running performance: 4:03 min/km

Rank in course/Total: 15 (of 168)

Rank in course/Men: 15 (of 146)

Best time in course: 1:06:05

Rank in category: 4(of 23)

Best time in the category: 1:06:05