



13. Ilmenauer Osterlauf  
Ilmenau, Ortsteil Heyda / 26.03.2016

Detailed evaluation

Freitag, Roman

Club: Kath. Laufjugend Arnstadt  
Number: 367

Course: 18.50 km  
Lange Strecke

Category:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Total time: 1:13:27

Speed: 14.70 km/h  
Running performance: 3:58 min/km

Rank in course/Total: 16 (of 189)

Rank in course/Men: 16 (of 155)

Best time in course: 1:04:57

Rank in category: 6(of 26)

Best time in the category: 1:05:30