



18. Ilmenauer Osterlauf  
Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

Detailed evaluation

**Nicolai, Steffen**

Club: Fit mit Schmidt  
Number: 141

Course: 9.50 km  
Kurze Strecke

Category:  
Senioren M50 (50-54)

Total time: 39:03

Speed: 14.60 km/h  
Running performance: 4:07 min/km

Rank in course/Total: 8 (of 248)

Rank in course/Men: 8 (of 152)

Best time in course: 33:01

Rank in category: 1(of 14)

Best time in the category: 39:03