



13. Ilmenauer Osterlauf
Ilmenau, Ortsteil Heyda / 26.03.2016

□□□□

Fräntzki, Dirk

□□: Rennsteiglaufverein LG Süd

□□: 366

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:12:34

□□: 14.88 km/h

□□□□: 3:55 min/km

□□□□□/□□□: 12 (of 189)

□□□□□/□: 12 (of 155)

□□□□□□: 1:04:57

□□□□□: 2(of 26)

□□□□□□□: 1:11:11