



13. Ilmenauer Osterlauf
Ilmenau, Ortsteil Heyda / 26.03.2016

□□□□

Ahrndt, Jörg

□□: LG Frauenwald

□□: 529

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:13:06

□□: 14.77 km/h

□□□□: 3:57 min/km

□□□□□/□□□: 15 (of 189)

□□□□□/□: 15 (of 155)

□□□□□□: 1:04:57

□□□□□: 4(of 26)

□□□□□□□: 1:11:11