



14. Ilmenauer Osterlauf

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

□□□□

BERTHOLD, Rene

□□: Waldläufer
 □□: 359

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:14:04

□□: 14.99 km/h
 □□□□: 4:00 min/km

□□□□□/□□□: 8 (of 173)

□□□□□/□: 8 (of 140)

□□□□□□: 1:06:14

□□□□□: 2(of 21)

□□□□□□□: 1:12:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□□	9.30	37:04	3:59	3	0:40	12	4:34	9.30	37:04	3:59	3	0:40	12	4:34
□□□	9.00	36:14	4:01	2	0:38	7	3:12	18.30	1:13:18	4:00	2	1:08	8	7:46
Ziel	0.20	0:46	3:50	3	0:02	12	0:09	18.50	1:14:04	4:00	2	1:08	8	7:50