



14. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

□□□□

Kreuzberger, Gunther

□□□: 1:26:56

□□: Ilmenau

□□: 12.42 km/h

□□: 508

□□□□: 4:42 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 43 (of 173)

Lange Strecke

□□□□□/□: 39 (of 140)

□□□□□□: 1:06:14

□□□□:

□□□□□: 7(of 25)

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□□□□□: 1:13:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	9.30	42:23	4:33	7	6:45	39	9:53	9.30	42:23	4:33	7	6:45	39	9:53
□□□	9.00	43:56	4:52	7	7:07	45	10:54	18.30	1:26:19	4:43	7	13:52	40	20:47
Ziel	0.20	0:37	3:05	1	-	1	-	18.50	1:26:56	4:41	7	13:43	39	20:42