



14. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

□□□□

FRITSCH, Steve

□□: Walschberg Runners

□□: 380

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:27:14

□□: 12.38 km/h

□□□□: 4:43 min/km

□□□□□/□□□: 48 (of 173)

□□□□□/□: 44 (of 140)

□□□□□□: 1:06:14

□□□□□: 12(of 21)

□□□□□□□: 1:12:56

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□□ | 9.30 | 42:10 | 4:32 | 10 | 5:46 | 38 | 9:40 | 9.30 | 42:10 | 4:32 | 10 | 5:46 | 38 | 9:40 | |
| □□□ | 9.00 | 44:14 | 4:54 | 11 | 8:38 | 49 | 11:12 | 18.30 | 1:26:24 | 4:43 | 12 | 14:14 | 44 | 20:52 | |
| Ziel | 0.20 | 0:50 | 4:10 | 8 | 0:06 | 33 | 0:13 | 18.50 | 1:27:14 | 4:42 | 12 | 14:18 | 44 | 21:00 | |