



14. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

□□□□

Becker, Markus

□□: Arnstadt
 □□: 471

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:28:08

□□: 12.25 km/h
 □□□□: 4:46 min/km

□□□□□/□□□: 49 (of 173)

□□□□□/□: 45 (of 140)

□□□□□□: 1:06:14

□□□□□: 4(of 22)

□□□□□□□: 1:15:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□□	9.30	44:58	4:50	7	8:05	51	12:28	9.30	44:58	4:50	7	8:05	51	12:28
□□□	9.00	42:19	4:42	3	4:06	34	9:17	18.30	1:27:17	4:46	4	12:11	45	21:45
Ziel	0.20	0:51	4:15	5	0:03	42	0:14	18.50	1:28:08	4:45	4	12:14	45	21:54