



14. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

□□□□

Lipfert, Robby

□□: Ilmenau
 □□: 511

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:31:16

□□: 11.83 km/h
 □□□□: 4:56 min/km

□□□□□/□□□: 57 (of 173)

□□□□□/□: 53 (of 140)

□□□□□□: 1:06:14

□□□□□: 7(of 22)

□□□□□□□: 1:15:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	9.30	45:24	4:52	8	8:31	55	12:54	9.30	45:24	4:52	8	8:31	55	12:54	
□□□	9.00	44:58	4:59	7	6:45	54	11:56	18.30	1:30:22	4:56	7	15:16	53	24:50	
Ziel	0.20	0:54	4:30	7	0:06	52	0:17	18.50	1:31:16	4:56	7	15:22	53	25:02	