



14. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

□□□□

Henkel, Ottmar

□□: Gera

□□: 460

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

□□□: 1:34:08

□□: 11.79 km/h

□□□□: 5:05 min/km

□□□□□/□□□: 68 (of 173)

□□□□□/□: 64 (of 140)

□□□□□□: 1:06:14

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 1:30:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	9.30	46:42	5:01	2	1:41	65	14:12	9.30	46:42	5:01	2	1:41	65	14:12	
□□□	9.00	46:28	5:09	2	1:37	63	13:26	18.30	1:33:10	5:05	2	3:18	64	27:38	
Ziel	0.20	0:58	4:49	2	0:02	70	0:21	18.50	1:34:08	5:05	2	3:20	64	27:54	