



14. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

□□□□

RUDORFER, Carola

□□: Rennsteiglaufverein

□□: 428

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:35:04

□□: 11.36 km/h

□□□□: 5:08 min/km

□□□□□/□□□: 74 (of 173)

□□□□□/□: 5 (of 33)

□□□□□□: 1:17:32

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 1:35:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	9.30	45:42	4:54	1	-	5	8:04	9.30	45:42	4:54	1	-	5	8:04	
□□□	9.00	48:24	5:22	1	-	5	9:20	18.30	1:34:06	5:08	1	-	5	17:24	
Ziel	0.20	0:58	4:49	1	-	9	0:10	18.50	1:35:04	5:08	1	-	5	17:32	