



14. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

0000

Pluntke, Andreas

00: Arnstadt
 00: 459

00: 18.50 km
 Lange Strecke

0000:
 Senioren M50 (50-54 Jahre)

000: 1:35:51

00: 11.58 km/h
 0000: 5:11 min/km

00000/000: 77 (of 173)

00000/0: 72 (of 140)

000000: 1:06:14

00000: 11(of 22)

0000000: 1:15:54

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
000	9.30	47:39	5:07	11	10:46	75	15:09	9.30	47:39	5:07	11	10:46	75	15:09
000	9.00	47:11	5:14	10	8:58	68	14:09	18.30	1:34:50	5:10	11	19:44	72	29:18
Ziel	0.20	1:01	5:04	12	0:13	94	0:24	18.50	1:35:51	5:10	11	19:57	72	29:37