



14. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

□□□□

Junne, Ralf

□□: Erfurt

□□: 595

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:36:13

□□: 11.22 km/h

□□□□: 5:12 min/km

□□□□□/□□□: 79 (of 173)

□□□□□/□: 74 (of 140)

□□□□□□: 1:06:14

□□□□□: 6(of 18)

□□□□□□□: 1:17:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	9.30	47:45	5:08	6	10:09	78	15:15	9.30	47:45	5:08	6	10:09	78	15:15
□□□	9.00	47:29	5:16	6	8:44	73	14:27	18.30	1:35:14	5:12	6	18:53	74	29:42
Ziel	0.20	0:59	4:54	6	0:10	79	0:22	18.50	1:36:13	5:12	6	19:03	74	29:59