



14. Ilmenauer Osterlauf

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

□□□□

HILLE, Helmut

□□: Lauftreff Alteburg Arnstadt
 □□: 394

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 1:38:44

□□: 10.94 km/h
 □□□□: 5:20 min/km

□□□□□/□□□: 94 (of 173)

□□□□□/□: 88 (of 140)

□□□□□□: 1:06:14

□□□□□: 1(of 7)

□□□□□□□: 1:38:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□□	9.30	47:30	5:06	1	-	73	15:00	9.30	47:30	5:06	1	-	73	15:00
□□□	9.00	50:11	5:34	2	0:37	96	17:09	18.30	1:37:41	5:20	1	-	87	32:09
Ziel	0.20	1:03	5:15	3	0:05	106	0:26	18.50	1:38:44	5:20	1	-	88	32:30