



14. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

□□□□

Baumeyer, Frank

□□□: 1:38:54

□□: Schleusinger 90

□□: 10.92 km/h

□□: 496

□□□□: 5:21 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 96 (of 173)

Lange Strecke

□□□□□/□: 90 (of 140)

□□□□□□: 1:06:14

□□□□:

□□□□□: 9(of 18)

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□□□□□: 1:17:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	9.30	47:53	5:08	8	10:17	82	15:23	9.30	47:53	5:08	8	10:17	82	15:23
□□□	9.00	50:00	5:33	10	11:15	95	16:58	18.30	1:37:53	5:20	9	21:32	90	32:21
Ziel	0.20	1:01	5:04	10	0:12	94	0:24	18.50	1:38:54	5:20	9	21:44	90	32:40