



14. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

□□□□

FLOCK, Antje

□□: Gebesee

□□: 373

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:40:00

□□: 10.80 km/h

□□□□: 5:25 min/km

□□□□□/□□□: 101 (of 173)

□□□□□/□: 7 (of 33)

□□□□□□: 1:17:32

□□□□□: 1(of 6)

□□□□□□□: 1:40:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	9.30	49:24	5:18	2	0:27	8	11:46	9.30	49:24	5:18	2	0:27	8	11:46
□□□	9.00	49:37	5:30	1	-	8	10:33	18.30	1:39:01	5:24	1	-	7	22:19
Ziel	0.20	0:59	4:54	1	-	10	0:11	18.50	1:40:00	5:24	1	-	7	22:28