



14. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

□□□□

KRAUßE, Dominik

□□: SV 90 Gräfenroda
 □□: 404

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:40:22

□□: 10.76 km/h
 □□□□: 5:26 min/km

□□□□□/□□□: 107 (of 173)

□□□□□/□: 98 (of 140)

□□□□□□: 1:06:14

□□□□□: 17(of 21)

□□□□□□□: 1:12:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	9.30	48:18	5:11	16	11:54	86	15:48	9.30	48:18	5:11	16	11:54	86	15:48	
□□□	9.00	51:10	5:41	18	15:34	102	18:08	18.30	1:39:28	5:26	18	27:18	99	33:56	
Ziel	0.20	0:54	4:30	12	0:10	52	0:17	18.50	1:40:22	5:25	17	27:26	98	34:08	