



14. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

0000

Silge, Marco

00: Erfurt

00: 462

00: 18.50 km

Lange Strecke

0000:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

000: 1:41:49

00: 10.61 km/h

0000: 5:30 min/km

00000/000: 113 (of 173)

00000/0: 101 (of 140)

000000: 1:06:14

00000: 14(of 17)

0000000: 1:06:14

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
000	9.30	48:30	5:12	14	16:00	92	16:00	9.30	48:30	5:12	14	16:00	92	16:00
000	9.00	52:18	5:48	14	19:16	107	19:16	18.30	1:40:48	5:30	14	35:16	101	35:16
Ziel	0.20	1:01	5:04	14	0:19	94	0:24	18.50	1:41:49	5:30	14	35:35	101	35:35