



# 14. Ilmenauer Osterlauf

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

□□□□

**HERMANN, Grit**

□□: Steinach  
 □□: 392

□□: 18.50 km  
 Lange Strecke

□□□□:  
 Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:45:20

□□: 10.25 km/h  
 □□□□: 5:41 min/km

□□□□□/□□□: 125 (of 173)

□□□□□/□: 14 (of 33)

□□□□□□: 1:17:32

□□□□□: 3(of 6)

□□□□□□□: 1:20:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	9.30	50:09	5:23	3	10:35	12	12:31	9.30	50:09	5:23	3	10:35	12	12:31
□□□	9.00	54:08	6:00	5	13:57	21	15:04	18.30	1:44:17	5:41	3	24:32	14	27:35
Ziel	0.20	1:03	5:15	4	0:12	18	0:15	18.50	1:45:20	5:41	3	24:44	14	27:48