



14. Ilmenauer Osterlauf

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

□□□□

Liedtke, Heidrun

□□: TG Rote Erde Schülm
 □□: 479

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:45:49

□□: 10.21 km/h
 □□□□: 5:43 min/km

□□□□□/□□□: 127 (of 173)

□□□□□/□: 16 (of 33)

□□□□□□: 1:17:32

□□□□□: 4(of 6)

□□□□□□□: 1:20:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	9.30	51:25	5:31	4	11:51	15	13:47	9.30	51:25	5:31	4	11:51	15	13:47
□□□	9.00	53:25	5:56	3	13:14	18	14:21	18.30	1:44:50	5:43	4	25:05	16	28:08
Ziel	0.20	0:59	4:54	3	0:08	10	0:11	18.50	1:45:49	5:43	4	25:13	16	28:17