



14. Ilmenauer Osterlauf

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

□□□□

WOLTER, Steffen

□□: 100 Champions für Thüringen e.V.

□□: 451

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:46:40

□□: 10.13 km/h

□□□□: 5:46 min/km

□□□□□/□□□: 129 (of 173)

□□□□□/□: 113 (of 140)

□□□□□□: 1:06:14

□□□□□: 18(of 22)

□□□□□□□: 1:15:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	9.30	52:37	5:39	20	15:44	120	20:07	9.30	52:37	5:39	20	15:44	120	20:07
□□□	9.00	53:01	5:53	17	14:48	112	19:59	18.30	1:45:38	5:46	18	30:32	113	40:06
Ziel	0.20	1:02	5:10	14	0:14	100	0:25	18.50	1:46:40	5:45	18	30:46	113	40:26