



14. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

0000

FRIEßLEBEN, Holger

00: Königsee-Rottenbach

00: 379

00: 18.50 km

Lange Strecke

0000:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

000: 1:48:35

00: 9.95 km/h

0000: 5:52 min/km

00000/000: 141 (of 173)

00000/0: 119 (of 140)

000000: 1:06:14

00000: 4(of 7)

0000000: 1:38:44

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	53:37	5:45	5	6:07	124	21:07	9.30	53:37	5:45	5	6:07	124	21:07
000	9.00	53:54	5:59	3	4:20	115	20:52	18.30	1:47:31	5:52	4	9:50	119	41:59
Ziel	0.20	1:04	5:19	4	0:06	112	0:27	18.50	1:48:35	5:52	4	9:51	119	42:21