



14. Ilmenauer Osterlauf

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

□□□□

Stöckigt, Werner

□□: Erfurt Nordgymnastik

□□: 528

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 1:49:51

□□: 10.10 km/h

□□□□: 5:56 min/km

□□□□□/□□□: 144 (of 173)

□□□□□/□: 121 (of 140)

□□□□□□: 1:06:14

□□□□□: 5(of 7)

□□□□□□□: 1:38:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□□	9.30	54:05	5:48	7	6:35	126	21:35	9.30	54:05	5:48	7	6:35	126	21:35
□□□	9.00	54:36	6:03	4	5:02	118	21:34	18.30	1:48:41	5:56	5	11:00	121	43:09
Ziel	0.20	1:10	5:49	7	0:12	124	0:33	18.50	1:49:51	5:56	5	11:07	121	43:37