



14. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

□□□□

MOLDENHAUER, Frank

□□□: 2:00:47

□□: Ilmenau

□□: 8.94 km/h

□□: 416

□□□□: 6:32 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 163 (of 173)

Lange Strecke

□□□□□/□: 133 (of 140)

□□□□□□: 1:06:14

□□□□:

□□□□□: 16(of 18)

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□□□□□: 1:17:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□□	9.30	58:14	6:15	17	20:38	132	25:44	9.30	58:14	6:15	17	20:38	132	25:44
□□□	9.00	1:01:15	6:48	16	22:30	135	28:13	18.30	1:59:29	6:31	16	43:08	133	53:57
Ziel	0.20	1:18	6:30	17	0:29	134	0:41	18.50	2:00:47	6:31	16	43:37	133	54:33