



15. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

0000

Ernst, Marcel

00: Kieselbach

00: 497

00: 18.50 km

Lange Strecke

0000:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

000: 1:14:29

00: 14.50 km/h

0000: 4:02 min/km

00000/000: 8 (of 144)

00000/0: 8 (of 118)

000000: 1:06:50

00000: 3(of 13)

0000000: 1:09:17

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
Runde	9.30	36:36	3:56	3	2:40	7	3:37	9.30	36:36	3:56	3	2:40	7	3:37
Runde	9.00	37:12	4:08	3	2:29	7	3:58	18.30	1:13:48	4:01	3	5:09	8	7:35
Ziel	0.20	0:41	3:24	3	0:04	11	0:06	18.50	1:14:29	4:01	3	5:12	8	7:39