



15. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

0000

HERRMANN, Maik

00: sc impuls erfurt

00: 393

00: 18.50 km

Lange Strecke

0000:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

000: 1:21:04

00: 13.69 km/h

0000: 4:23 min/km

00000/000: 16 (of 144)

00000/0: 16 (of 118)

000000: 1:06:50

00000: 3(of 18)

0000000: 1:14:46

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	40:06	4:18	3	3:30	18	7:07	9.30	40:06	4:18	3	3:30	18	7:07
Runde	9.00	40:23	4:29	3	2:59	18	7:09	18.30	1:20:29	4:23	3	6:29	16	14:16
Ziel	0.20	0:35	2:54	1	-	1	-	18.50	1:21:04	4:22	3	6:18	16	14:14