



15. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

□□□□

BECHMANN, Rico

□□: Lauffeuer Fröttstädt
 □□: 355

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:25:25

□□: 12.64 km/h
 □□□□: 4:37 min/km

□□□□□/□□□: 27 (of 144)

□□□□□/□: 26 (of 118)

□□□□□□: 1:06:50

□□□□□: 3(of 16)

□□□□□□□: 1:10:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	45:27	4:53	8	11:12	50	12:28	9.30	45:27	4:53	8	11:12	50	12:28
Runde	9.00	39:12	4:21	2	3:33	13	5:58	18.30	1:24:39	4:37	3	14:45	25	18:26
Ziel	0.20	0:46	3:50	3	0:04	23	0:11	18.50	1:25:25	4:37	3	14:49	26	18:35