



15. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

□□□□

Bergmann, Michael

□□: Laufwerk Sömmerda  
 □□: 483

□□: 18.50 km  
 Lange Strecke

□□□□:  
 Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:26:56

□□: 12.77 km/h  
 □□□□: 4:42 min/km

□□□□□/□□□: 33 (of 144)

□□□□□/□: 32 (of 118)

□□□□□□: 1:06:50

□□□□□: 8(of 22)

□□□□□□□: 1:19:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	43:11	4:38	8	3:57	34	10:12	9.30	43:11	4:38	8	3:57	34	10:12
Runde	9.00	42:59	4:46	8	3:14	36	9:45	18.30	1:26:10	4:42	8	7:11	32	19:57
Ziel	0.20	0:46	3:50	6	0:09	23	0:11	18.50	1:26:56	4:41	8	7:15	32	20:06