



15. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

0000

LOHRENGEL, Christian

00: Elgersburg

00: 413

00: 18.50 km

Lange Strecke

0000:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

000: 1:30:33

00: 12.26 km/h

0000: 4:53 min/km

00000/000: 48 (of 144)

00000/0: 46 (of 118)

000000: 1:06:50

00000: 9(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	43:19	4:39	5	9:23	36	10:20	9.30	43:19	4:39	5	9:23	36	10:20
Runde	9.00	46:25	5:09	9	11:42	57	13:11	18.30	1:29:44	4:54	9	21:05	46	23:31
Ziel	0.20	0:49	4:04	6	0:12	44	0:14	18.50	1:30:33	4:53	9	21:16	46	23:43