



15. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

□□□□

SCHMIDT, Jan

□□: TC Suhl

□□: 438

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:32:15

□□: 11.71 km/h

□□□□: 4:59 min/km

□□□□□/□□□: 54 (of 144)

□□□□□/□: 51 (of 118)

□□□□□□: 1:06:50

□□□□□: 9(of 18)

□□□□□□□: 1:13:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	44:09	4:44	8	8:32	40	11:10	9.30	44:09	4:44	8	8:32	40	11:10
Runde	9.00	47:09	5:14	11	9:47	66	13:55	18.30	1:31:18	4:59	9	18:19	50	25:05
Ziel	0.20	0:57	4:44	11	0:14	80	0:22	18.50	1:32:15	4:59	9	18:33	51	25:25