



15. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

0000

Zeiger, Thomas

00: Arnstadt  
 00: 480

00: 18.50 km  
 Lange Strecke

0000:  
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

000: 1:32:33

00: 11.67 km/h  
 0000: 5:00 min/km

00000/000: 57 (of 144)

00000/0: 53 (of 118)

000000: 1:06:50

00000: 10(of 18)

0000000: 1:13:42

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	46:14	4:58	10	10:37	60	13:15	9.30	46:14	4:58	10	10:37	60	13:15
Runde	9.00	45:21	5:02	9	7:59	50	12:07	18.30	1:31:35	5:00	10	18:36	52	25:22
Ziel	0.20	0:58	4:49	12	0:15	84	0:23	18.50	1:32:33	5:00	10	18:51	53	25:43