



15. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

□□□□

LUDERER, Mathias

□□: Hemmingen

□□: 414

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:33:07

□□: 11.60 km/h

□□□□: 5:02 min/km

□□□□□/□□□: 61 (of 144)

□□□□□/□: 57 (of 118)

□□□□□□: 1:06:50

□□□□□: 10(of 13)

□□□□□□□: 1:09:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	46:17	4:58	10	12:21	62	13:18	9.30	46:17	4:58	10	12:21	62	13:18
Runde	9.00	45:57	5:06	8	11:14	52	12:43	18.30	1:32:14	5:02	10	23:35	57	26:01
Ziel	0.20	0:53	4:24	10	0:16	64	0:18	18.50	1:33:07	5:01	10	23:50	57	26:17