



15. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

0000

SCHäFER, Christoph

00: 1. HCV

00: 434

00: 18.50 km

Lange Strecke

0000:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

000: 1:34:54

00: 11.38 km/h

0000: 5:08 min/km

00000/000: 72 (of 144)

00000/0: 68 (of 118)

000000: 1:06:50

00000: 12(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	46:59	5:03	11	13:03	67	14:00	9.30	46:59	5:03	11	13:03	67	14:00
Runde	9.00	46:57	5:13	13	12:14	64	13:43	18.30	1:33:56	5:07	12	25:17	67	27:43
Ziel	0.20	0:58	4:49	12	0:21	84	0:23	18.50	1:34:54	5:07	12	25:37	68	28:04