



15. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

□□□□

GRUNE, Sascha

□□: Ilmenau
 □□: 382

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:37:49

□□: 11.04 km/h
 □□□□: 5:17 min/km

□□□□□/□□□: 84 (of 144)

□□□□□/□: 79 (of 118)

□□□□□□: 1:06:50

□□□□□: 10(of 16)

□□□□□□□: 1:10:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	48:13	5:11	11	13:58	79	15:14	9.30	48:13	5:11	11	13:58	79	15:14	
Runde	9.00	48:41	5:24	10	13:02	75	15:27	18.30	1:36:54	5:17	10	27:00	79	30:41	
Ziel	0.20	0:55	4:34	11	0:13	75	0:20	18.50	1:37:49	5:17	10	27:13	79	30:59	