



15. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

□□□□

MACHATSCHEK, Frank

□□□: 1:38:39

□□: Meiningen

□□: 11.25 km/h

□□: 415

□□□□: 5:20 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 89 (of 144)

Lange Strecke

□□□□□/□: 83 (of 118)

□□□□□□: 1:06:50

□□□□:

□□□□□: 4(of 11)

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□□□□□: 1:37:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	48:19	5:11	3	0:59	81	15:20	9.30	48:19	5:11	3	0:59	81	15:20	
Runde	9.00	49:32	5:30	3	2:03	80	16:18	18.30	1:37:51	5:20	4	1:31	83	31:38	
Ziel	0.20	0:48	4:00	1	-	35	0:13	18.50	1:38:39	5:19	4	1:27	83	31:49	