



15. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

□□□□

HILLE, Helmut

□□: Lauftreff Arnstadt Alteburg
 □□: 394

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M65 (65-69 Jahre)

□□□: 1:44:07

□□: 10.66 km/h
 □□□□: 5:38 min/km

□□□□□/□□□: 104 (of 144)

□□□□□/□: 94 (of 118)

□□□□□□: 1:06:50

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 1:44:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	49:10	5:17	1	-	88	16:11	9.30	49:10	5:17	1	-	88	16:11	
Runde	9.00	53:54	5:59	1	-	98	20:40	18.30	1:43:04	5:37	1	-	94	36:51	
Ziel	0.20	1:03	5:15	2	0:04	101	0:28	18.50	1:44:07	5:37	1	-	94	37:17	