



15. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

□□□□

BAUMEYER, Frank

□□: SV Schleusingen 90

□□: 354

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:44:56

□□: 10.29 km/h

□□□□: 5:40 min/km

□□□□□/□□□: 107 (of 144)

□□□□□/□: 95 (of 118)

□□□□□□: 1:06:50

□□□□□: 5(of 11)

□□□□□□□: 1:37:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	50:13	5:23	5	2:53	92	17:14	9.30	50:13	5:23	5	2:53	92	17:14
Runde	9.00	53:40	5:57	6	6:11	97	20:26	18.30	1:43:53	5:40	5	7:33	95	37:40
Ziel	0.20	1:03	5:15	9	0:15	101	0:28	18.50	1:44:56	5:40	5	7:44	95	38:06