



15. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

□□□□

GOYMANN, Uwe

□□: Lauffreff Plaue

□□: 379

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:46:41

□□: 10.12 km/h

□□□□: 5:46 min/km

□□□□□/□□□: 112 (of 144)

□□□□□/□: 98 (of 118)

□□□□□□: 1:06:50

□□□□□: 6(of 11)

□□□□□□□: 1:37:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	53:16	5:43	7	5:56	103	20:17	9.30	53:16	5:43	7	5:56	103	20:17
Runde	9.00	52:24	5:49	5	4:55	95	19:10	18.30	1:45:40	5:46	6	9:20	98	39:27
Ziel	0.20	1:01	5:04	6	0:13	98	0:26	18.50	1:46:41	5:46	6	9:29	98	39:51