



15. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

□□□□

WOLTER, Steffen

□□: RennsteigSpirit.Training

□□: 447

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:06:27

□□: 8.78 km/h

□□□□: 6:50 min/km

□□□□□/□□□: 138 (of 144)

□□□□□/□: 117 (of 118)

□□□□□□: 1:06:50

□□□□□: 22(of 22)

□□□□□□□: 1:19:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	59:25	6:23	22	20:11	114	26:26	9.30	59:25	6:23	22	20:11	114	26:26
Runde	9.00	1:05:49	7:18	22	26:04	117	32:35	18.30	2:05:14	6:50	22	46:15	117	59:01
Ziel	0.20	1:13	6:04	22	0:36	116	0:38	18.50	2:06:27	6:50	22	46:46	117	59:37