



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Mansfeld, Thilo

□□: Team Hirschbach

□□: 541

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:19:45

□□: 13.92 km/h

□□□□: 4:19 min/km

□□□□□/□□□: 12 (of 149)

□□□□□/□: 12 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 6(of 23)

□□□□□□□: 1:12:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	38:44	4:09	6	3:29	11	4:20	9.30	38:44	4:09	6	3:29	11	4:20
Runde	9.00	40:11	4:27	6	4:37	12	5:04	18.30	1:18:55	4:18	6	7:15	12	9:24
Ziel	0.20	0:50	4:10	12	0:11	37	0:12	18.50	1:19:45	4:18	6	7:22	12	9:33