



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

0000

Heß, Torsten

00: LG Rippershausen

00: 545

00: 18.50 km

Lange Strecke

0000:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

000: 1:20:40

00: 13.76 km/h

0000: 4:22 min/km

00000/000: 13 (of 149)

00000/0: 13 (of 122)

000000: 1:10:12

00000: 2(of 20)

0000000: 1:18:48

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Runde	9.30	39:05	4:12	1	-	13	4:41	9.30	39:05	4:12	1	-	13	4:41
Runde	9.00	40:51	4:32	3	2:26	15	5:44	18.30	1:19:56	4:22	2	1:52	13	10:25
Ziel	0.20	0:44	3:39	2	0:01	12	0:06	18.50	1:20:40	4:21	2	1:52	13	10:28