



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Pranckus, Egidijus

□□: SCB Berlin
 □□: 525

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:21:23

□□: 13.64 km/h
 □□□□: 4:24 min/km

□□□□□/□□□: 14 (of 149)

□□□□□/□: 14 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 7(of 23)

□□□□□□□: 1:12:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	40:00	4:18	7	4:45	15	5:36	9.30	40:00	4:18	7	4:45	15	5:36
Runde	9.00	40:34	4:30	7	5:00	13	5:27	18.30	1:20:34	4:24	7	8:54	14	11:03
Ziel	0.20	0:49	4:04	10	0:10	30	0:11	18.50	1:21:23	4:23	7	9:00	14	11:11