



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Iakovlev, Vladislav

□□: Ilmenau
 □□: 437

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:23:19

□□: 12.96 km/h
 □□□□: 4:30 min/km

□□□□□/□□□: 19 (of 149)

□□□□□/□: 19 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 3(of 16)

□□□□□□□: 1:14:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	40:42	4:22	3	4:33	17	6:18	9.30	40:42	4:22	3	4:33	17	6:18
Runde	9.00	41:52	4:39	3	4:44	23	6:45	18.30	1:22:34	4:30	3	9:17	19	13:03
Ziel	0.20	0:45	3:45	1	-	17	0:07	18.50	1:23:19	4:30	3	9:05	19	13:07