



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Schmidt, Sebastian

□□: N3 Sportverein e.V.

□□: 489

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:23:21

□□: 12.96 km/h

□□□□: 4:31 min/km

□□□□□/□□□: 20 (of 149)

□□□□□/□: 20 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 8(of 23)

□□□□□□□: 1:12:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	41:31	4:27	11	6:16	28	7:07	9.30	41:31	4:27	11	6:16	28	7:07
Runde	9.00	41:08	4:34	8	5:34	17	6:01	18.30	1:22:39	4:30	8	10:59	20	13:08
Ziel	0.20	0:42	3:29	4	0:03	6	0:04	18.50	1:23:21	4:30	8	10:58	20	13:09