



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Gellert, Christopher

□□: GMRLV

□□: 554

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:24:55

□□: 13.07 km/h

□□□□: 4:35 min/km

□□□□□/□□□: 26 (of 149)

□□□□□/□: 26 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 12(of 23)

□□□□□□□: 1:12:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	41:44	4:29	12	6:29	30	7:20	9.30	41:44	4:29	12	6:29	30	7:20
Runde	9.00	42:20	4:42	13	6:46	28	7:13	18.30	1:24:04	4:35	12	12:24	26	14:33
Ziel	0.20	0:51	4:15	14	0:12	45	0:13	18.50	1:24:55	4:35	12	12:32	26	14:43