



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Brunsch, Mario

□□: Ilmenau
 □□: 412

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:25:30

□□: 12.63 km/h
 □□□□: 4:37 min/km

□□□□□/□□□: 29 (of 149)

□□□□□/□: 29 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 4(of 16)

□□□□□□□: 1:14:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	43:42	4:41	6	7:13	43	9:18	9.30	43:42	4:41	6	7:13	43	9:18
Runde	9.00	41:10	4:34	2	3:33	18	6:03	18.30	1:24:52	4:38	4	10:46	30	15:21
Ziel	0.20	0:38	3:09	1	-	1	-	18.50	1:25:30	4:37	4	10:42	29	15:18