



16. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

0000

Heimrich, Dominik

00: Suhl

00: 537

00: 18.50 km

Lange Strecke

0000:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

000: 1:25:44

00: 12.60 km/h

0000: 4:38 min/km

00000/000: 31 (of 149)

00000/0: 31 (of 122)

000000: 1:10:12

00000: 4(of 16)

0000000: 1:14:14

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Runde	9.30	41:33	4:28	4	5:24	29	7:09	9.30	41:33	4:28	4	5:24	29	7:09
Runde	9.00	43:21	4:48	4	6:13	31	8:14	18.30	1:24:54	4:38	4	11:37	31	15:23
Ziel	0.20	0:50	4:10	4	0:05	37	0:12	18.50	1:25:44	4:38	4	11:30	31	15:32