



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Lipfert, Robby

□□: Ilmenau
 □□: 451

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:30:04

□□: 11.99 km/h
 □□□□: 4:52 min/km

□□□□□/□□□: 47 (of 149)

□□□□□/□: 47 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 2(of 16)

□□□□□□□: 1:26:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	45:21	4:52	2	3:23	50	10:57	9.30	45:21	4:52	2	3:23	50	10:57	
Runde	9.00	43:55	4:52	1	-	36	8:48	18.30	1:29:16	4:52	2	3:04	47	19:45	
Ziel	0.20	0:48	4:00	2	0:01	27	0:10	18.50	1:30:04	4:52	2	3:05	47	19:52	