



16. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Müller, Michael

□□: SV Thuringia Königsee

□□: 466

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:31:08

□□: 11.85 km/h

□□□□: 4:56 min/km

□□□□□/□□□: 52 (of 149)

□□□□□/□: 49 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 6(of 16)

□□□□□□□: 1:14:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	43:06	4:38	6	6:57	38	8:42	9.30	43:06	4:38	6	6:57	38	8:42	
Runde	9.00	47:14	5:14	6	10:06	53	12:07	18.30	1:30:20	4:56	6	17:03	49	20:49	
Ziel	0.20	0:48	4:00	3	0:03	27	0:10	18.50	1:31:08	4:55	6	16:54	49	20:56	