



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Reckenbeil, Philipp

□□: Flörsheim

□□: 472

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:32:35

□□: 11.67 km/h

□□□□: 5:00 min/km

□□□□□/□□□: 54 (of 149)

□□□□□/□: 51 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 15(of 23)

□□□□□□□: 1:12:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	45:36	4:54	16	10:21	51	11:12	9.30	45:36	4:54	16	10:21	51	11:12
Runde	9.00	46:12	5:08	14	10:38	51	11:05	18.30	1:31:48	5:00	15	20:08	51	22:17
Ziel	0.20	0:47	3:54	7	0:08	22	0:09	18.50	1:32:35	5:00	15	20:12	51	22:23