



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Beyer, Nicole

□□: SV Ichtershausen

□□: 410

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:32:55

□□: 11.95 km/h

□□□□: 5:01 min/km

□□□□□/□□□: 55 (of 149)

□□□□□/□: 4 (of 27)

□□□□□□: 1:30:11

□□□□□: 2(of 4)

□□□□□□□: 1:31:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	45:17	4:52	2	0:53	3	1:02	9.30	45:17	4:52	2	0:53	3	1:02
Runde	9.00	46:44	5:11	2	0:57	4	2:44	18.30	1:32:01	5:01	2	1:50	4	2:39
Ziel	0.20	0:54	4:30	1	-	4	0:07	18.50	1:32:55	5:01	2	1:49	4	2:44