



16. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

0000

Grebhahn, Bernd

00: oberhof

00: 514

00: 18.50 km

Lange Strecke

0000:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

000: 1:34:05

00: 11.48 km/h

0000: 5:05 min/km

00000/000: 58 (of 149)

00000/0: 53 (of 122)

000000: 1:10:12

00000: 2(of 6)

0000000: 1:28:58

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000 km	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde	9.30	45:51	4:55	2	1:38	54	11:27	9.30	45:51	4:55	2	1:38	54	11:27
Runde	9.00	47:22	5:15	2	3:22	54	12:15	18.30	1:33:13	5:05	2	5:00	53	23:42
Ziel	0.20	0:52	4:19	3	0:07	54	0:14	18.50	1:34:05	5:05	2	5:07	53	23:53