



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Möller, Matthias

□□: Running Gerhards
 □□: 463

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:34:31

□□: 11.74 km/h
 □□□□: 5:07 min/km

□□□□□/□□□: 59 (of 149)

□□□□□/□: 54 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 16(of 23)

□□□□□□□: 1:12:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	45:10	4:51	15	9:55	48	10:46	9.30	45:10	4:51	15	9:55	48	10:46
Runde	9.00	48:23	5:22	16	12:49	59	13:16	18.30	1:33:33	5:06	16	21:53	54	24:02
Ziel	0.20	0:58	4:49	21	0:19	87	0:20	18.50	1:34:31	5:06	16	22:08	54	24:19