



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Kneise, Wolfram

□□: Katholische Laufjugend Arnstadt

□□: 441

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:37:13

□□: 11.11 km/h

□□□□: 5:15 min/km

□□□□□/□□□: 68 (of 149)

□□□□□/□: 62 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 19(of 23)

□□□□□□□: 1:12:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	47:07	5:03	19	11:52	62	12:43	9.30	47:07	5:03	19	11:52	62	12:43
Runde	9.00	49:10	5:27	19	13:36	66	14:03	18.30	1:36:17	5:15	19	24:37	62	26:46
Ziel	0.20	0:56	4:39	19	0:17	71	0:18	18.50	1:37:13	5:15	19	24:50	62	27:01