



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Brachmann, Kurt

□□: Herzog-Georg-Nachlaufteam
 □□: 411

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M65 (65-69 Jahre)

□□□: 1:41:01

□□: 10.69 km/h
 □□□□: 5:28 min/km

□□□□□/□□□: 82 (of 149)

□□□□□/□: 74 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 3(of 6)

□□□□□□□: 1:28:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	50:14	5:24	4	6:01	82	15:50	9.30	50:14	5:24	4	6:01	82	15:50
Runde	9.00	49:31	5:30	3	5:31	70	14:24	18.30	1:39:45	5:27	3	11:32	73	30:14
Ziel	0.20	1:16	6:19	6	0:31	122	0:38	18.50	1:41:01	5:27	3	12:03	74	30:49