



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Rexhäuser, Bernd

□□: Body & Soul

□□: 539

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 1:41:29

□□: 10.94 km/h

□□□□: 5:29 min/km

□□□□□/□□□: 86 (of 149)

□□□□□/□: 78 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 5(of 10)

□□□□□□□: 1:30:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	48:13	5:11	3	4:02	69	13:49	9.30	48:13	5:11	3	4:02	69	13:49
Runde	9.00	52:14	5:48	6	7:16	92	17:07	18.30	1:40:27	5:29	5	11:18	78	30:56
Ziel	0.20	1:02	5:10	7	0:18	108	0:24	18.50	1:41:29	5:29	5	11:29	78	31:17