



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

0000

Goymann, Uwe

00: Lauftreff Plaue

00: 419

00: 18.50 km

Lange Strecke

0000:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

000: 1:43:34

00: 10.43 km/h

0000: 5:36 min/km

00000/000: 99 (of 149)

00000/0: 90 (of 122)

000000: 1:10:12

00000: 8(of 16)

0000000: 1:26:59

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Runde	9.30	51:32	5:32	8	9:34	93	17:08	9.30	51:32	5:32	8	9:34	93	17:08
Runde	9.00	51:02	5:40	7	7:07	80	15:55	18.30	1:42:34	5:36	8	16:22	90	33:03
Ziel	0.20	1:00	5:00	13	0:13	102	0:22	18.50	1:43:34	5:35	8	16:35	90	33:22