



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Sauerbrey, Klaus

□□: Obermaßfeld

□□: 552

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 1:47:12

□□: 10.07 km/h

□□□□: 5:47 min/km

□□□□□/□□□: 113 (of 149)

□□□□□/□: 100 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 7(of 10)

□□□□□□□: 1:30:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	53:24	5:44	7	9:13	102	19:00	9.30	53:24	5:44	7	9:13	102	19:00	
Runde	9.00	52:54	5:52	7	7:56	95	17:47	18.30	1:46:18	5:48	7	17:09	100	36:47	
Ziel	0.20	0:54	4:30	5	0:10	61	0:16	18.50	1:47:12	5:47	7	17:12	100	37:00	