



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Mario, Jaeger

□□: SV Frisch-Auf Emleben

□□: 460

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:46:32

□□: 10.14 km/h

□□□□: 5:46 min/km

□□□□□/□□□: 109 (of 149)

□□□□□/□: 97 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 12(of 16)

□□□□□□□: 1:26:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	51:59	5:35	9	10:01	97	17:35	9.30	51:59	5:35	9	10:01	97	17:35
Runde	9.00	53:37	5:57	11	9:42	97	18:30	18.30	1:45:36	5:46	12	19:24	97	36:05
Ziel	0.20	0:56	4:39	6	0:09	71	0:18	18.50	1:46:32	5:45	12	19:33	97	36:20