



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Gölitz, André

□□: HV Ilmenau 55

□□: 418

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:50:38

□□: 9.76 km/h

□□□□: 5:59 min/km

□□□□□/□□□: 119 (of 149)

□□□□□/□: 104 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 11(of 11)

□□□□□□□: 1:10:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	54:11	5:49	11	19:47	106	19:47	9.30	54:11	5:49	11	19:47	106	19:47	
Runde	9.00	55:31	6:10	10	20:24	102	20:24	18.30	1:49:42	5:59	11	40:11	104	40:11	
Ziel	0.20	0:56	4:39	6	0:15	71	0:18	18.50	1:50:38	5:58	11	40:26	104	40:26	