



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Kallenberg, Nadine

□□: Stiftung Wadentest

□□: 439

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:51:45

□□: 9.66 km/h

□□□□: 6:02 min/km

□□□□□/□□□□: 122 (of 149)

□□□□□/□: 17 (of 27)

□□□□□□: 1:30:11

□□□□□: 4(of 4)

□□□□□□□: 1:31:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	54:57	5:54	4	10:33	18	10:42	9.30	54:57	5:54	4	10:33	18	10:42	
Runde	9.00	55:48	6:11	4	10:01	15	11:48	18.30	1:50:45	6:03	4	20:34	17	21:23	
Ziel	0.20	1:00	5:00	4	0:06	16	0:13	18.50	1:51:45	6:02	4	20:39	17	21:34	