



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Roth, Jan

□□: Leipzig

□□: 478

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:52:47

□□: 9.84 km/h

□□□□: 6:06 min/km

□□□□□/□□□: 124 (of 149)

□□□□□/□: 106 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 12(of 16)

□□□□□□□: 1:14:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	57:11	6:08	15	21:02	113	22:47	9.30	57:11	6:08	15	21:02	113	22:47
Runde	9.00	54:35	6:03	11	17:27	100	19:28	18.30	1:51:46	6:06	12	38:29	106	42:15
Ziel	0.20	1:01	5:04	12	0:16	106	0:23	18.50	1:52:47	6:05	12	38:33	106	42:35