



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Leder, Daniel

□□: Reichersbeuern
 □□: 448

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:54:42

□□: 9.42 km/h
 □□□□: 6:12 min/km

□□□□□/□□□: 127 (of 149)

□□□□□/□: 108 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 13(of 16)

□□□□□□□: 1:14:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	54:46	5:53	13	18:37	107	20:22	9.30	54:46	5:53	13	18:37	107	20:22
Runde	9.00	58:58	6:33	15	21:50	116	23:51	18.30	1:53:44	6:12	13	40:27	108	44:13
Ziel	0.20	0:58	4:49	9	0:13	87	0:20	18.50	1:54:42	6:12	13	40:28	108	44:30