



16. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Rothkegel, Ilona

□□: Erfurt  
 □□: 479

□□: 18.50 km  
 Lange Strecke

□□□□:  
 Seniorinnen W70 (70-74 Jahre)

□□□: 1:55:50

□□: 9.58 km/h  
 □□□□: 6:16 min/km

□□□□□/□□□: 130 (of 149)

□□□□□/□: 21 (of 27)

□□□□□□: 1:30:11

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 1:55:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	57:17	6:09	1	-	22	13:02	9.30	57:17	6:09	1	-	22	13:02	
Runde	9.00	57:33	6:23	1	-	19	13:33	18.30	1:54:50	6:16	1	-	21	25:28	
Ziel	0.20	1:00	5:00	1	-	16	0:13	18.50	1:55:50	6:15	1	-	21	25:39	