



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Stöckigt, Werner

□□: München
 □□: 550

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 1:56:04

□□: 9.30 km/h
 □□□□: 6:16 min/km

□□□□□/□□□: 132 (of 149)

□□□□□/□: 111 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 8(of 10)

□□□□□□□: 1:30:00

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde | 9.30 | 57:53 | 6:13 | 9 | 13:42 | 116 | 23:29 | 9.30 | 57:53 | 6:13 | 9 | 13:42 | 116 | 23:29 |
| Runde | 9.00 | 57:07 | 6:20 | 8 | 12:09 | 106 | 22:00 | 18.30 | 1:55:00 | 6:17 | 8 | 25:51 | 111 | 45:29 |
| Ziel | 0.20 | 1:04 | 5:19 | 8 | 0:20 | 111 | 0:26 | 18.50 | 1:56:04 | 6:16 | 8 | 26:04 | 111 | 45:52 |