



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Berwing, Dieter

□□: SV TU-Ilmenau

□□: 409

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:15:48

□□: 7.95 km/h

□□□□: 7:20 min/km

□□□□□/□□□: 149 (of 149)

□□□□□/□: 122 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 16(of 16)

□□□□□□□: 1:26:59

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|-------|------|---------|--------|----|-------|-----|-------|-------|---------|--------|----|-------|-----|---------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| Runde | 9.30 | 1:08:13 | 7:20 | 16 | 26:15 | 122 | 33:49 | 9.30 | 1:08:13 | 7:20 | 16 | 26:15 | 122 | 33:49 |
| Runde | 9.00 | 1:06:24 | 7:22 | 16 | 22:29 | 122 | 31:17 | 18.30 | 2:14:37 | 7:21 | 16 | 48:25 | 122 | 1:05:06 |
| Ziel | 0.20 | 1:11 | 5:54 | 16 | 0:24 | 120 | 0:33 | 18.50 | 2:15:48 | 7:20 | 16 | 48:49 | 122 | 1:05:36 |