



17. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 16.04.2022

□□□□

Mölders, Martin

□□: Gutsmuths-Rensteiglaufverein
 □□: 319

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 1:33:09

□□: 11.59 km/h
 □□□□: 5:02 min/km

□□□□□/□□□: 31 (of 75)

□□□□□/□: 30 (of 57)

□□□□□□: 59:36

□□□□□: 1(of 9)

□□□□□□□: 1:33:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Runde	9.30	45:24	4:52	1	-	30	15:29	9.30	45:24	4:52	1	-	58	15:29
Runde	9.00	46:50	5:12	1	-	33	17:43	18.30	1:32:14	5:02	1	-	57	33:12
Ziel	0.20	0:55	4:34	2	0:03	36	0:21	18.50	1:33:09	5:02	1	-	30	33:33