



17. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 16.04.2022

□□□□

Steinborn, Henry

□□: Ilmenau

□□: 341

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:33:41

□□: 11.85 km/h

□□□□: 5:04 min/km

□□□□□/□□□: 33 (of 75)

□□□□□/□: 31 (of 57)

□□□□□□: 59:36

□□□□□: 7(of 9)

□□□□□□□: 1:19:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	47:01	5:03	7	7:07	35	17:06	9.30	47:01	5:03	10	7:07	58	17:06	
Runde	9.00	45:45	5:04	7	6:40	29	16:38	18.30	1:32:46	5:04	10	13:47	57	33:44	
Ziel	0.20	0:55	4:34	7	0:11	36	0:21	18.50	1:33:41	5:03	7	13:48	31	34:05	