



17. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 16.04.2022

□□□□

Knabe, Mathias

□□: Waldläufer
 □□: 304

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:36:14

□□: 11.22 km/h
 □□□□: 5:12 min/km

□□□□□/□□□: 40 (of 75)

□□□□□/□: 37 (of 57)

□□□□□□: 59:36

□□□□□: 8(of 9)

□□□□□□□: 1:08:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	47:23	5:05	8	13:43	37	17:28	9.30	47:23	5:05	10	13:43	58	17:28
Runde	9.00	47:52	5:19	8	13:48	39	18:45	18.30	1:35:15	5:12	10	27:31	57	36:13
Ziel	0.20	0:59	4:54	8	0:19	50	0:25	18.50	1:36:14	5:12	8	27:50	37	36:38