



17. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 16.04.2022

□□□□

Trommer, Daniel

□□: Ilmenau

□□: 344

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:36:28

□□: 11.20 km/h

□□□□: 5:13 min/km

□□□□□/□□□: 41 (of 75)

□□□□□/□: 38 (of 57)

□□□□□□: 59:36

□□□□□: 8(of 9)

□□□□□□□: 1:19:53

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde | 9.30 | 47:28 | 5:06 | 8 | 7:34 | 39 | 17:33 | 9.30 | 47:28 | 5:06 | 10 | 7:34 | 58 | 17:33 |
| Runde | 9.00 | 48:04 | 5:20 | 8 | 8:59 | 41 | 18:57 | 18.30 | 1:35:32 | 5:13 | 10 | 16:33 | 57 | 36:30 |
| Ziel | 0.20 | 0:56 | 4:39 | 8 | 0:12 | 39 | 0:22 | 18.50 | 1:36:28 | 5:12 | 8 | 16:35 | 38 | 36:52 |