



17. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 16.04.2022

□□□□

Ludwig, Ivette

□□: Schwabhausen b Gotha, Thür
 □□: 312

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:40:20

□□: 10.76 km/h
 □□□□: 5:25 min/km

□□□□□/□□□: 49 (of 75)

□□□□□/□: 5 (of 18)

□□□□□□: 1:26:24

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 1:33:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	47:12	5:04	2	1:00	4	5:15	9.30	47:12	5:04	4	1:00	19	5:15
Runde	9.00	52:09	5:47	3	5:33	8	8:32	18.30	1:39:21	5:25	4	6:33	19	13:47
Ziel	0.20	0:59	4:54	3	0:05	10	0:09	18.50	1:40:20	5:25	2	6:36	5	13:56