



18. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

0000

Surowy, Gary

000: 1:15:23

00: 328

00: 14.33 km/h

0000: 4:04 min/km

00: 18.50 km

00000/000: 9 (of 116)

Lange Strecke

00000/0: 8 (of 94)

000000: 1:06:23

0000:

00000: 1(of 7)

Senioren M30 (30-34)

0000000: 1:15:23

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Runde	9.30	37:25	4:01	1	-	10	4:40	9.30	37:25	4:01	1	-	10	4:40
Runde	9.00	37:16	4:08	1	-	7	4:17	18.30	1:14:41	4:04	1	-	8	8:57
Ziel	0.20	0:42	3:29	1	-	5	0:03	18.50	1:15:23	4:04	1	-	8	9:00