



18. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

□□□□

Luderer, Mathias

□□: TRCT Racing Team

□□: 296

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M35 (35-39)

□□□: 1:16:06

□□: 14.59 km/h

□□□□: 4:07 min/km

□□□□□/□□□: 10 (of 116)

□□□□□/□: 9 (of 94)

□□□□□□: 1:06:23

□□□□□: 3(of 11)

□□□□□□□: 1:06:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	37:21	4:00	3	4:36	9	4:36	9.30	37:21	4:00	3	4:36	9	4:36
Runde	9.00	37:58	4:13	3	4:59	9	4:59	18.30	1:15:19	4:06	3	9:35	9	9:35
Ziel	0.20	0:47	3:54	3	0:08	22	0:08	18.50	1:16:06	4:06	3	9:43	9	9:43