



18. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

0000

Hermann, Maik

00: GMRLV

00: 356

00: 18.50 km

Lange Strecke

0000:

Senioren M40 (40-44)

000: 1:21:46

00: 13.21 km/h

0000: 4:25 min/km

00000/000: 22 (of 116)

00000/0: 21 (of 94)

000000: 1:06:23

00000: 8(of 23)

0000000: 1:11:23

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	41:21	4:26	11	7:03	26	8:36	9.30	41:21	4:26	11	7:03	26	8:36
Runde	9.00	39:42	4:24	8	4:12	17	6:43	18.30	1:21:03	4:25	8	10:22	21	15:19
Ziel	0.20	0:43	3:34	4	0:04	9	0:04	18.50	1:21:46	4:25	8	10:23	21	15:23