



18. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

0000

Kopp, Matthias

000: 1:22:53

00: 290

00: 13.39 km/h

0000: 4:29 min/km

00: 18.50 km

00000/000: 25 (of 116)

Lange Strecke

00000/0: 24 (of 94)

000000: 1:06:23

0000:

00000: 4(of 10)

Senioren M45 (45-49)

0000000: 1:18:13

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	39:59	4:17	3	2:08	18	7:14	9.30	39:59	4:17	3	2:08	18	7:14
Runde	9.00	41:58	4:39	4	3:28	26	8:59	18.30	1:21:57	4:28	4	4:31	24	16:13
Ziel	0.20	0:56	4:39	8	0:17	62	0:17	18.50	1:22:53	4:28	4	4:40	24	16:30