



18. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

□□□□

Mölders, Martin

□□: Gutsmuths-Rensteiglaufverein
 □□: 302

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M65 (65-69)

□□□: 1:30:38

□□: 11.92 km/h
 □□□□: 4:54 min/km

□□□□□/□□□: 41 (of 116)

□□□□□/□: 38 (of 94)

□□□□□□: 1:06:23

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 1:30:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	44:39	4:48	1	-	38	11:54	9.30	44:39	4:48	1	-	38	11:54
Runde	9.00	45:04	5:00	1	-	44	12:05	18.30	1:29:43	4:54	1	-	38	23:59
Ziel	0.20	0:55	4:34	3	0:01	57	0:16	18.50	1:30:38	4:53	1	-	38	24:15