



18. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

0000

Roth, Andreas

00: LG Brechen

00: 310

00: 18.50 km

Lange Strecke

0000:

Senioren M55 (55-59)

000: 1:31:27

00: 11.81 km/h

0000: 4:56 min/km

00000/000: 45 (of 116)

00000/0: 42 (of 94)

000000: 1:06:23

00000: 4(of 11)

0000000: 1:20:36

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	46:00	4:56	6	5:17	50	13:15	9.30	46:00	4:56	6	5:17	50	13:15
Runde	9.00	44:42	4:58	4	5:34	39	11:43	18.30	1:30:42	4:57	4	10:51	43	24:58
Ziel	0.20	0:45	3:45	1	-	14	0:06	18.50	1:31:27	4:56	4	10:51	42	25:04