



18. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

□□□□

Kemter, Thomas

□□: SV Motor Königsee eV

□□: 342

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M40 (40-44)

□□□: 1:32:03

□□: 12.06 km/h

□□□□: 4:59 min/km

□□□□□/□□□: 49 (of 116)

□□□□□/□: 46 (of 94)

□□□□□□: 1:06:23

□□□□□: 15(of 23)

□□□□□□□: 1:11:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	45:54	4:56	15	11:36	47	13:09	9.30	45:54	4:56	15	11:36	47	13:09	
Runde	9.00	45:16	5:01	15	9:46	45	12:17	18.30	1:31:10	4:58	14	20:29	45	25:26	
Ziel	0.20	0:53	4:24	15	0:14	50	0:14	18.50	1:32:03	4:58	15	20:40	46	25:40	