



18. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

□□□□

Merrbach, Thilo

□□: Team HOHE HECKE

□□: 359

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M35 (35-39)

□□□: 1:36:11

□□: 11.54 km/h

□□□□: 5:12 min/km

□□□□□/□□□: 58 (of 116)

□□□□□/□: 51 (of 94)

□□□□□□: 1:06:23

□□□□□: 8(of 11)

□□□□□□□: 1:06:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	48:00	5:09	8	15:15	54	15:15	9.30	48:00	5:09	8	15:15	54	15:15
Runde	9.00	47:19	5:15	8	14:20	50	14:20	18.30	1:35:19	5:12	8	29:35	51	29:35
Ziel	0.20	0:52	4:19	6	0:13	42	0:13	18.50	1:36:11	5:11	8	29:48	51	29:48