



18. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

□□□□

Machatschek, Frank

□□□: 1:43:36

□□: 298

□□: 10.42 km/h

□□□□: 5:36 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 72 (of 116)

Lange Strecke

□□□□□/□: 63 (of 94)

□□□□□□: 1:06:23

□□□□:

□□□□□: 2(of 5)

Senioren M60 (60-64)

□□□□□□□: 1:27:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Runde	9.30	51:21	5:31	2	7:27	66	18:36	9.30	51:21	5:31	2	7:27	66	18:36
Runde	9.00	51:26	5:42	3	8:18	63	18:27	18.30	1:42:47	5:36	2	15:45	63	37:03
Ziel	0.20	0:49	4:04	1	-	30	0:10	18.50	1:43:36	5:35	2	15:44	63	37:13