



18. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

□□□□

Balbierer, Chris

□□: Rennsteiglaufverein

□□: 343

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Seniorinnen W55 (55-59)

□□□: 1:43:52

□□: 10.40 km/h

□□□□: 5:37 min/km

□□□□□/□□□: 74 (of 116)

□□□□□/□: 10 (of 22)

□□□□□□: 1:14:48

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 1:33:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Runde	9.30	52:07	5:36	3	6:08	14	14:46	9.30	52:07	5:36	3	6:08	14	14:46
Runde	9.00	50:45	5:38	3	4:31	10	13:59	18.30	1:42:52	5:37	3	10:39	10	28:45
Ziel	0.20	1:00	5:00	3	0:09	16	0:19	18.50	1:43:52	5:36	3	10:44	10	29:04