



18. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

□□□□

Flock, Kristin

□□: Gebesee

□□: 365

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54)

□□□: 1:44:48

□□: 10.31 km/h

□□□□: 5:40 min/km

□□□□□/□□□: 78 (of 116)

□□□□□/□: 11 (of 22)

□□□□□□: 1:14:48

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 1:44:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	51:53	5:34	1	-	11	14:32	9.30	51:53	5:34	1	-	11	14:32	
Runde	9.00	52:00	5:46	1	-	11	15:14	18.30	1:43:53	5:40	1	-	11	29:46	
Ziel	0.20	0:55	4:34	2	0:01	8	0:14	18.50	1:44:48	5:39	1	-	11	30:00	