



18. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

□□□□

Hohe, Annette

□□□: 1:51:12

□□: 281

□□: 9.98 km/h

□□□□: 6:01 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 90 (of 116)

Lange Strecke

□□□□□/□: 14 (of 22)

□□□□□□: 1:14:48

□□□□:

□□□□□: 2(of 4)

Seniorinnen W50 (50-54)

□□□□□□□: 1:44:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	52:41	5:39	2	0:48	16	15:20	9.30	52:41	5:39	2	0:48	16	15:20	
Runde	9.00	57:32	6:23	3	5:32	16	20:46	18.30	1:50:13	6:01	2	6:20	14	36:06	
Ziel	0.20	0:59	4:54	3	0:05	13	0:18	18.50	1:51:12	6:00	2	6:24	14	36:24	