



18. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

□□□□

Münch, Dirk

□□: Kulkiflitzer Leipzig

□□: 368

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M50 (50-54)

□□□: 1:56:38

□□: 9.26 km/h

□□□□: 6:18 min/km

□□□□□/□□□: 103 (of 116)

□□□□□/□: 83 (of 94)

□□□□□□: 1:06:23

□□□□□: 18(of 19)

□□□□□□□: 1:14:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	57:26	6:10	18	20:45	86	24:41	9.30	57:26	6:10	18	20:45	86	24:41
Runde	9.00	58:22	6:29	18	21:04	82	25:23	18.30	1:55:48	6:19	18	41:49	84	50:04
Ziel	0.20	0:50	4:10	4	0:08	31	0:11	18.50	1:56:38	6:18	18	41:57	83	50:15