



18. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

□□□□

Schreiber, Dirk

□□: Erfurt

□□: 341

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M50 (50-54)

□□□: 1:59:41

□□: 9.02 km/h

□□□□: 6:28 min/km

□□□□□/□□□: 105 (of 116)

□□□□□/□: 85 (of 94)

□□□□□□: 1:06:23

□□□□□: 19(of 19)

□□□□□□□: 1:14:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	59:10	6:21	19	22:29	88	26:25	9.30	59:10	6:21	19	22:29	88	26:25	
Runde	9.00	59:15	6:34	19	21:57	83	26:16	18.30	1:58:25	6:28	19	44:26	85	52:41	
Ziel	0.20	1:16	6:19	19	0:34	92	0:37	18.50	1:59:41	6:28	19	45:00	85	53:18	