



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

□□□□

Paul Georg Langer

□□□: 1:42:29

□□: 350

□□: 10.54 km/h

□□□□: 5:32 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 67 (of 112)

Lange Strecke

□□□□□/□: 58 (of 87)

□□□□□□: 1:03:45

□□□□:

□□□□□: 1(of 1)

männliche Jugend U20 (18-19) L

□□□□□□□: 1:42:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Runde	9.20	45:36	4:57	1	-	36	14:05	9.20	45:36	4:57	1	-	36	14:05
Runde	9.00	56:00	6:13	1	-	71	24:23	18.20	1:41:36	5:34	1	-	58	38:28
Ziel	0.30	0:53	2:56	1	-	38	0:16	18.50	1:42:29	5:32	1	-	58	38:44