



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

0000

Fabian Paradies

000: 1:10:13

00: Wiesbaden

00: 15.38 km/h

00: 414

0000: 3:47 min/km

00: 18.50 km

00000/000: 2 (of 112)

Lange Strecke

00000/0: 2 (of 87)

000000: 1:03:45

0000:

00000: 2(of 5)

Senioren M30 (30-34) L

0000000: 1:03:45

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Runde	9.20	34:44	3:46	2	3:13	2	3:13	9.20	34:44	3:46	2	3:13	2	3:13
Runde	9.00	34:46	3:51	2	3:09	2	3:09	18.20	1:09:30	3:49	2	6:22	2	6:22
Ziel	0.30	0:43	2:23	2	0:06	5	0:06	18.50	1:10:13	3:47	2	6:28	2	6:28