



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

□□□□

Tobias Hansmann

□□□: 1:19:57

□□: HSV-Weimar-Triathlon

□□: 13.88 km/h

□□: 329

□□□□: 4:19 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 9 (of 112)

Lange Strecke

□□□□□/□: 8 (of 87)

□□□□□□: 1:03:45

□□□□:

□□□□□: 2(of 9)

Senioren M35 (35-39) L

□□□□□□□: 1:15:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.20	39:22	4:16	2	3:10	9	7:51	9.20	39:22	4:16	2	3:10	9	7:51
Runde	9.00	39:44	4:24	2	1:30	8	8:07	18.20	1:19:06	4:20	2	4:40	8	15:58
Ziel	0.30	0:51	2:50	3	0:08	29	0:14	18.50	1:19:57	4:19	2	4:48	8	16:12