



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

□□□□

André Golitz

□□□: 2:01:34

□□: Sparkasse Arnstadt-Ilmenau

□□: 8.88 km/h

□□: 324

□□□□: 6:34 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 101 (of 112)

Lange Strecke

□□□□□/□: 80 (of 87)

□□□□□□: 1:03:45

□□□□:

□□□□□: 8(of 9)

Senioren M35 (35-39) L

□□□□□□□: 1:15:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.20	1:02:43	6:49	9	26:31	86	31:12	9.20	1:02:43	6:49	9	26:31	86	31:12	
Runde	9.00	58:00	6:26	8	19:46	72	26:23	18.20	2:00:43	6:37	8	46:17	81	57:35	
Ziel	0.30	0:51	2:50	3	0:08	29	0:14	18.50	2:01:34	6:34	8	46:25	80	57:49	