



# 19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

0000

Sebastian Schmidt

000: 1:18:48

00: 383

00: 13.71 km/h

0000: 4:15 min/km

00: 18.50 km

00000/000: 7 (of 112)

Lange Strecke

00000/0: 7 (of 87)

000000: 1:03:45

0000:

00000: 2(of 19)

Senioren M40 (40-44) L

0000000: 1:12:53

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	38:33	4:11	2	2:25	6	7:02	9.20	38:33	4:11	2	2:25	6	7:02
Runde	9.00	39:34	4:23	2	3:30	7	7:57	18.20	1:18:07	4:17	2	5:55	7	14:59
Ziel	0.30	0:41	2:16	1	-	2	0:04	18.50	1:18:48	4:15	2	5:55	7	15:03