



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

0000

Maik Harnack

000: 1:26:15

00: SV 08 Oehrenstock

00: 12.52 km/h

00: 330

0000: 4:39 min/km

00: 18.50 km

00000/000: 20 (of 112)

Lange Strecke

00000/0: 19 (of 87)

000000: 1:03:45

0000:

00000: 6(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	40:57	4:27	5	4:49	14	9:26	9.20	40:57	4:27	5	4:49	14	9:26
Runde	9.00	44:37	4:57	6	8:33	23	13:00	18.20	1:25:34	4:42	6	13:22	19	22:26
Ziel	0.30	0:41	2:16	1	-	2	0:04	18.50	1:26:15	4:39	6	13:22	19	22:30