



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

0000

Andy Lüdecke

00: N3 Sportverein

00: 356

00: 18.50 km

Lange Strecke

0000:

Senioren M40 (40-44) L

000: 1:29:51

00: 12.02 km/h

0000: 4:51 min/km

00000/000: 27 (of 112)

00000/0: 26 (of 87)

000000: 1:03:45

00000: 7(of 19)

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	43:06	4:41	8	6:58	25	11:35	9.20	43:06	4:41	8	6:58	25	11:35
Runde	9.00	45:54	5:05	8	9:50	29	14:17	18.20	1:29:00	4:53	7	16:48	26	25:52
Ziel	0.30	0:51	2:50	9	0:10	29	0:14	18.50	1:29:51	4:51	7	16:58	26	26:06