



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

□□□□

Sebastian Ernemann

□□□: 1:41:42

□□: Kirmesverein Wüllersleben

□□: 10.62 km/h

□□: 314

□□□□: 5:29 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 63 (of 112)

Lange Strecke

□□□□□/□: 56 (of 87)

□□□□□□: 1:03:45

□□□□:

□□□□□: 15(of 19)

Senioren M40 (40-44) L

□□□□□□□: 1:12:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.20	49:39	5:23	15	13:31	60	18:08	9.20	49:39	5:23	15	13:31	60	18:08
Runde	9.00	51:10	5:41	14	15:06	52	19:33	18.20	1:40:49	5:32	15	28:37	56	37:41
Ziel	0.30	0:53	2:56	11	0:12	38	0:16	18.50	1:41:42	5:29	15	28:49	56	37:57