



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

0000

Markus Lips

000: 2:02:09

00: 354

00: 8.84 km/h

0000: 6:36 min/km

00: 18.50 km

00000/000: 103 (of 112)

Lange Strecke

00000/0: 82 (of 87)

000000: 1:03:45

0000:

00000: 18(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	1:00:49	6:36	19	24:41	85	29:18	9.20	1:00:49	6:36	19	24:41	85	29:18
Runde	9.00	1:00:10	6:41	18	24:06	76	28:33	18.20	2:00:59	6:38	18	48:47	82	57:51
Ziel	0.30	1:10	3:53	19	0:29	82	0:33	18.50	2:02:09	6:36	18	49:16	82	58:24