



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

□□□□

christian hartung

□□□: 2:04:34

□□: 410

□□: 8.67 km/h

□□□□: 6:44 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 107 (of 112)

Lange Strecke

□□□□□/□: 85 (of 87)

□□□□□□: 1:03:45

□□□□:

□□□□□: 19(of 19)

Senioren M40 (40-44) L

□□□□□□□: 1:12:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Runde	9.20	1:00:14	6:32	18	24:06	83	28:43	9.20	1:00:14	6:32	18	24:06	83	28:43
Runde	9.00	1:03:13	7:01	19	27:09	81	31:36	18.20	2:03:27	6:46	19	51:15	85	1:00:19
Ziel	0.30	1:07	3:43	18	0:26	77	0:30	18.50	2:04:34	6:44	19	51:41	85	1:00:49