



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

0000

Christoph Merz

00: PTSV Rosenheim

00: 420

00: 18.50 km

Lange Strecke

0000:

Senioren M45 (45-49) L

000: 1:15:52

00: 14.24 km/h

0000: 4:06 min/km

00000/000: 5 (of 112)

00000/0: 5 (of 87)

000000: 1:03:45

00000: 1(of 13)

0000000: 1:15:52

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	37:16	4:03	1	-	5	5:45	9.20	37:16	4:03	1	-	5	5:45
Runde	9.00	37:47	4:11	1	-	4	6:10	18.20	1:15:03	4:07	1	-	5	11:55
Ziel	0.30	0:49	2:43	4	0:02	19	0:12	18.50	1:15:52	4:06	1	-	5	12:07