



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

0000

Henrik Stutzig

000: 1:23:21

00: 394

00: 12.96 km/h

0000: 4:30 min/km

00: 18.50 km

00000/000: 15 (of 112)

Lange Strecke

00000/0: 14 (of 87)

000000: 1:03:45

0000:

00000: 2(of 13)

Senioren M45 (45-49) L

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	39:36	4:18	2	2:20	10	8:05	9.20	39:36	4:18	2	2:20	10	8:05
Runde	9.00	42:52	4:45	2	5:05	15	11:15	18.20	1:22:28	4:31	2	7:25	14	19:20
Ziel	0.30	0:53	2:56	7	0:06	38	0:16	18.50	1:23:21	4:30	2	7:29	14	19:36