



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

□□□□

**Marcel Rosenberger**

□□□: 1:35:16

□□: Freie Reformschule Franz von Assisi Ilmenau

□□: 11.34 km/h

□□: 375

□□□□: 5:08 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 41 (of 112)

Lange Strecke

□□□□□/□: 39 (of 87)

□□□□□□: 1:03:45

□□□□:

□□□□□: 7(of 13)

Senioren M45 (45-49) L

□□□□□□□: 1:15:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.20	47:27	5:09	9	10:11	47	15:56	9.20	47:27	5:09	9	10:11	47	15:56	
Runde	9.00	46:58	5:13	7	9:11	31	15:21	18.20	1:34:25	5:11	7	19:22	39	31:17	
Ziel	0.30	0:51	2:50	6	0:04	29	0:14	18.50	1:35:16	5:08	7	19:24	39	31:31	