



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

□□□□

Roy Hartleb

□□□: 1:53:50

□□: Fit by Tornado\_Tim39

□□: 9.49 km/h

□□: 331

□□□□: 6:09 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 84 (of 112)

Lange Strecke

□□□□□/□: 71 (of 87)

□□□□□□: 1:03:45

□□□□:

□□□□□: 13(of 13)

Senioren M45 (45-49) L

□□□□□□□: 1:15:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.20	54:09	5:53	13	16:53	70	22:38	9.20	54:09	5:53	13	16:53	70	22:38	
Runde	9.00	58:38	6:30	13	20:51	73	27:01	18.20	1:52:47	6:11	13	37:44	71	49:39	
Ziel	0.30	1:03	3:30	13	0:16	67	0:26	18.50	1:53:50	6:09	13	37:58	71	50:05	