



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

0000

**Matthias Hempel**

00: Südthüringentrail e.V.

00: 333

00: 18.50 km

Lange Strecke

0000:

Senioren M50 (50-54) L

000: 1:46:48

00: 10.39 km/h

0000: 5:46 min/km

00000/000: 74 (of 112)

00000/0: 64 (of 87)

000000: 1:03:45

00000: 10(of 13)

0000000: 1:24:35

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	49:55	5:25	10	8:43	62	18:24	9.20	49:55	5:25	10	8:43	62	18:24
Runde	9.00	55:51	6:12	12	13:19	68	24:14	18.20	1:45:46	5:48	10	22:02	64	42:38
Ziel	0.30	1:02	3:26	11	0:14	64	0:25	18.50	1:46:48	5:46	10	22:13	64	43:03