



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

□□□□

Dirk Schreiber

□□□: 1:51:00

□□: 195

□□: 9.73 km/h

□□□□: 6:00 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 80 (of 112)

Lange Strecke

□□□□□/□: 69 (of 87)

□□□□□□: 1:03:45

□□□□:

□□□□□: 12(of 13)

Senioren M50 (50-54) L

□□□□□□□: 1:24:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Runde	9.20	54:13	5:53	12	13:01	71	22:42	9.20	54:13	5:53	12	13:01	71	22:42
Runde	9.00	55:45	6:11	11	13:13	67	24:08	18.20	1:49:58	6:02	12	26:14	69	46:50
Ziel	0.30	1:02	3:26	11	0:14	64	0:25	18.50	1:51:00	6:00	12	26:25	69	47:15