



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

□□□□

**Georg Vater**

□□□: 1:59:06

□□: Rennsteiglaufverein/Suhl

□□: 9.07 km/h

□□: 396

□□□□: 6:26 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 93 (of 112)

Lange Strecke

□□□□□/□: 76 (of 87)

□□□□□□: 1:03:45

□□□□:

□□□□□: 9(of 12)

Senioren M55 (55-59) L

□□□□□□□: 1:20:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.20	55:23	6:01	11	15:20	75	23:52	9.20	55:23	6:01	11	15:20	75	23:52
Runde	9.00	1:02:31	6:56	9	22:18	80	30:54	18.20	1:57:54	6:28	9	37:38	76	54:46
Ziel	0.30	1:12	4:00	11	0:29	85	0:35	18.50	1:59:06	6:26	9	38:07	76	55:21