



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

□□□□

Steffen Filax

□□□: 2:01:06

□□: Fit mit Schmidt

□□: 8.92 km/h

□□: 316

□□□□: 6:32 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 99 (of 112)

Lange Strecke

□□□□□/□: 78 (of 87)

□□□□□□: 1:03:45

□□□□:

□□□□□: 10(of 12)

Senioren M55 (55-59) L

□□□□□□□: 1:20:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Runde	9.20	54:32	5:55	9	14:29	73	23:01	9.20	54:32	5:55	9	14:29	73	23:01
Runde	9.00	1:05:29	7:16	12	25:16	86	33:52	18.20	2:00:01	6:35	10	39:45	78	56:53
Ziel	0.30	1:05	3:36	8	0:22	74	0:28	18.50	2:01:06	6:32	10	40:07	78	57:21