



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

0000

Holger Herrmann

000: 1:49:19

00: Vitzerod Devils

00: 9.88 km/h

00: 334

0000: 5:54 min/km

00: 18.50 km

00000/000: 78 (of 112)

Lange Strecke

00000/0: 68 (of 87)

000000: 1:03:45

0000:

00000: 3(of 6)

Senioren M60 (60-64) L

0000000: 1:39:41

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	53:31	5:49	3	3:59	67	22:00	9.20	53:31	5:49	3	3:59	67	22:00
Runde	9.00	54:42	6:04	3	5:30	64	23:05	18.20	1:48:13	5:56	3	9:23	68	45:05
Ziel	0.30	1:06	3:40	3	0:15	75	0:29	18.50	1:49:19	5:54	3	9:38	68	45:34