



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

□□□□

Deniese Buschbeck

□□□: 1:39:33

□□: Die flinken Gerataler

□□: 10.85 km/h

□□: 309

□□□□: 5:22 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 55 (of 112)

Lange Strecke

□□□□□/□: 6 (of 25)

□□□□□□: 1:19:43

□□□□:

□□□□□: 2(of 5)

Seniorinnen W30 (30-34) L

□□□□□□□: 1:19:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.20	48:50	5:18	2	9:28	5	9:28	9.20	48:50	5:18	2	9:28	5	9:28	
Runde	9.00	49:50	5:32	2	10:13	6	10:13	18.20	1:38:40	5:25	2	19:41	6	19:41	
Ziel	0.30	0:53	2:56	3	0:09	7	0:09	18.50	1:39:33	5:22	2	19:50	6	19:50	