



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

□□□□

Ines Macheleidt

□□□: 1:53:35

□□: RENNSTEIGLAUFVEREIN/ Trailrunning-Crew Thüringen

□□□□: 51 km/h

□□: 359

□□□□: 6:08 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 83 (of 112)

Lange Strecke

□□□□□/□: 13 (of 25)

□□□□□□: 1:19:43

□□□□:

□□□□□: 2(of 5)

Seniorinnen W45 (45-49) L

□□□□□□□: 1:37:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Runde	9.20	53:21	5:47	2	5:02	11	13:59	9.20	53:21	5:47	2	5:02	11	13:59
Runde	9.00	59:08	6:34	3	10:51	15	19:31	18.20	1:52:29	6:10	2	15:53	13	33:30
Ziel	0.30	1:06	3:40	3	0:08	17	0:22	18.50	1:53:35	6:08	2	16:01	13	33:52