



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

□□□□

Michaela Brachmann

□□□: 1:38:08

□□: Asphaltlady

□□: 11.01 km/h

□□: 417

□□□□: 5:18 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 51 (of 112)

Lange Strecke

□□□□□/□: 4 (of 25)

□□□□□□: 1:19:43

□□□□:

□□□□□: 1(of 3)

Seniorinnen W50 (50-54) L

□□□□□□□: 1:38:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.20	49:15	5:21	1	-	6	9:53	9.20	49:15	5:21	1	-	6	9:53
Runde	9.00	48:03	5:20	1	-	3	8:26	18.20	1:37:18	5:20	1	-	4	18:19
Ziel	0.30	0:50	2:46	1	-	4	0:06	18.50	1:38:08	5:18	1	-	4	18:25