



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

□□□□

Annette Hohe

□□□: 1:50:48

□□: 336

□□: 9.75 km/h

□□□□: 5:59 min/km

□□: 18.50 km

□□□□□/□□□: 79 (of 112)

Lange Strecke

□□□□□/□: 11 (of 25)

□□□□□□: 1:19:43

□□□□:

□□□□□: 2(of 4)

Seniorinnen W55 (55-59) L

□□□□□□□: 1:42:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.20	54:15	5:53	2	3:25	12	14:53	9.20	54:15	5:53	2	3:25	12	14:53	
Runde	9.00	55:26	6:09	2	4:53	11	15:49	18.20	1:49:41	6:01	2	8:18	11	30:42	
Ziel	0.30	1:07	3:43	2	0:11	19	0:23	18.50	1:50:48	5:59	2	8:29	11	31:05	