



14. Ilmenauer Osterlauf  
Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

### Detailauswertung

#### FREITAG, Roman

Verein: Katholische Laufjugend Arnstadt  
Startnummer: 376

Strecke: 18,50 km  
Lange Strecke

Kategorie:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:12:17

Geschwindigkeit: 15,36 km/h  
Laufleistung: 3:55 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 5 (von 173)  
Strecken-Platzierung/Männer: 5 (von 140)  
Bestzeit der Strecke: 1:06:14

Kategorie-Platzierung: 2(von 17)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:06:14

| Zwischenzeiten |             |               |                 | Teilstreckenwertung |                 |                 |                   | Gesamtwertung |                |                  |               |                 |                 |                   |
|----------------|-------------|---------------|-----------------|---------------------|-----------------|-----------------|-------------------|---------------|----------------|------------------|---------------|-----------------|-----------------|-------------------|
| Kontrolle      | Split<br>km | Split<br>Zeit | Split<br>min/km | Platz<br>Kat.       | Rückst.<br>Kat. | Platz<br>Männer | Rückst.<br>Männer | Gesamt<br>km  | Gesamt<br>Zeit | Gesamt<br>min/km | Platz<br>Kat. | Rückst.<br>Kat. | Platz<br>Männer | Rückst.<br>Männer |
| Kontrolle      | 9,30        | 35:38         | 3:49            | 2                   | 3:08            | 5               | 3:08              | 9,30          | 35:38          | 3:49             | 2             | 3:08            | 5               | 3:08              |
| Kontrolle      | 9,00        | 35:57         | 3:59            | 2                   | 2:55            | 6               | 2:55              | 18,30         | 1:11:35        | 3:54             | 2             | 6:03            | 5               | 6:03              |
| Ziel           | 0,20        | 0:42          | 3:29            | 1                   | -               | 3               | 0:05              | 18,50         | 1:12:17        | 3:54             | 2             | 6:03            | 5               | 6:03              |