



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

Detailauswertung

Adrian Koch

Verein: NOMADS/Crew301

Startnummer: 409

Strecke: 18,50 km

Lange Strecke

Kategorie:

Männer (20-29) L

Gesamt-Zeit: 1:17:45

Geschwindigkeit: 14,28 km/h

Laufleistung: 4:12 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 6 (von 112)

Strecken-Platzierung/Männer: 6 (von 87)

Bestzeit der Strecke: 1:03:45

Kategorie-Platzierung: 1(von 5)

Bestzeit in der Kategorie: 1:17:45

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde	9,20	39:08	4:15	1	-	8	7:37	9,20	39:08	4:15	1	-	8	7:37
Runde	9,00	37:54	4:12	1	-	5	6:17	18,20	1:17:02	4:13	1	-	6	13:54
Ziel	0,30	0:43	2:23	1	-	5	0:06	18,50	1:17:45	4:12	1	-	6	14:00