



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

Detailauswertung

Ralf Lindenlaub

Verein: Die Flinken Gerataler

Startnummer: 353

Strecke: 18,50 km

Lange Strecke

Kategorie:

Senioren M50 (50-54) L

Gesamt-Zeit: 1:37:11

Geschwindigkeit: 11,11 km/h

Laufleistung: 5:15 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 46 (von 112)

Strecken-Platzierung/Männer: 44 (von 87)

Bestzeit der Strecke: 1:03:45

Kategorie-Platzierung: 7(von 13)

Bestzeit in der Kategorie: 1:24:35

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 | 47:56 | 5:12 | 8 | 6:44 | 49 | 16:25 | 9,20 | 47:56 | 5:12 | 8 | 6:44 | 49 | 16:25 |
| Runde | 9,00 | 48:18 | 5:21 | 6 | 5:46 | 39 | 16:41 | 18,20 | 1:36:14 | 5:17 | 7 | 12:30 | 44 | 33:06 |
| Ziel | 0,30 | 0:57 | 3:09 | 6 | 0:09 | 49 | 0:20 | 18,50 | 1:37:11 | 5:15 | 7 | 12:36 | 44 | 33:26 |