



# 19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

## Detailauswertung

**Thomas Spantig**

Verein: Abgehts09

Startnummer: 393

Strecke: 18,50 km

Lange Strecke

Kategorie:

Senioren M55 (55-59) L

**Gesamt-Zeit: 1:26:08**

Geschwindigkeit: 12,54 km/h

Laufleistung: 4:39 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 19 (von 112)

Strecken-Platzierung/Männer: 18 (von 87)

Bestzeit der Strecke: 1:03:45

Kategorie-Platzierung: 3(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 1:20:59

### 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	41:57	4:33	3	1:54	19	10:26	9,20	41:57	4:33	3	1:54	19	10:26
Runde	9,00	43:25	4:49	3	3:12	19	11:48	18,20	1:25:22	4:41	3	5:06	18	22:14
Ziel	0,30	0:46	2:33	2	0:03	11	0:09	18,50	1:26:08	4:39	3	5:09	18	22:23