



8. Ilmenauer Osterlauf  
Ilmenau, Ortsteil Heyda / 23.04.2011

evaluación detallada

**Jöck, Ralf**

Asociación: Gutsmuts Rennsteiglaufverein  
Dorsal: 441

recorrido: 18.50 km  
Lange Strecke

categoría:  
Männer M55

tiempo total: 1:27:46

velocidad: 12.31 km/h  
rendimiento en carrera: 4:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 57 (de 157)  
posición en el recorrido/Men: 55 (de 136)  
mejor tiempo del recorrido: 1:00:28

posición en la categoría: 6(de 11)  
mejor tiempo en la categoría: 1:16:20