



13. Ilmenauer Osterlauf  
Ilmenau, Ortsteil Heyda / 26.03.2016

evaluación detallada

Lorenz-Difz, Frank

Asociación: Vaihingen  
Dorsal: 208

recorrido: 9.30 km  
Kurze Strecke

categoría:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 54:49

velocidad: 9.85 km/h  
rendimiento en carrera: 5:53 min/km

posición en el recorrido/Total: 187 (de 258)  
posición en el recorrido/Men: 142 (de 175)  
mejor tiempo del recorrido: 29:37

posición en la categoría: 15(de 18)  
mejor tiempo en la categoría: 32:03