



13. Ilmenauer Osterlauf  
Ilmenau, Ortsteil Heyda / 26.03.2016

evaluación detallada

Fräntzki, Dirk

Asociación: Rennsteiglaufverein LG Süd  
Dorsal: 366

recorrido: 18.50 km  
Lange Strecke

categoría:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:12:34

velocidad: 14.88 km/h  
rendimiento en carrera: 3:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 12 (de 189)  
posición en el recorrido/Men: 12 (de 155)  
mejor tiempo del recorrido: 1:04:57

posición en la categoría: 2(de 26)  
mejor tiempo en la categoría: 1:11:11