



15. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

evaluación detallada

Krämer, Bernhard

Asociación: Running Gerhards
 Dorsal: 477

recorrido: 18.50 km
 Lange Strecke

categoría:
 Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 1:27:32

velocidad: 12.34 km/h
 rendimiento en carrera: 4:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 37 (de 144)
 posición en el recorrido/Men: 35 (de 118)
 mejor tiempo del recorrido: 1:06:50

posición en la categoría: 4(de 13)
 mejor tiempo en la categoría: 1:09:17

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	posición Men	retraso Men		
Runde	9.30	44:32	4:47	6	10:36	43	11:33	9.30	44:32	4:47	6	10:36	43	11:33
Runde	9.00	42:10	4:41	6	7:27	26	8:56	18.30	1:26:42	4:44	4	18:03	35	20:29
Ziel	0.20	0:50	4:10	7	0:13	49	0:15	18.50	1:27:32	4:43	4	18:15	35	20:42