



15. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

evaluación detallada

NAKONZ, Josephin

Asociación: Suhl
 Dorsal: 421

recorrido: 18.50 km
 Lange Strecke

categoría:
 Frauen (20-29 Jahre)

tiempo total: 2:01:39

velocidad: 9.12 km/h
 rendimiento en carrera: 6:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 133 (de 144)
 posición en el recorrido/Women: 20 (de 26)
 mejor tiempo del recorrido: 1:25:01

posición en la categoría: 4(de 5)
 mejor tiempo en la categoría: 1:36:38

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
Runde	9.30	56:53	6:06	3	9:17	18	15:15	9.30	56:53	6:06	3	9:17	18	15:15
Runde	9.00	1:03:32	7:03	4	15:24	20	20:58	18.30	2:00:25	6:34	4	24:41	20	36:13
Ziel	0.20	1:14	6:10	5	0:20	24	0:25	18.50	2:01:39	6:34	4	25:01	20	36:38