



16. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

evaluación detallada

Holz, Enrico

Asociación: Team Erdinger Alkoholfrei  
 Dorsal: 435

recorrido: 18.50 km  
 Lange Strecke

categoría:  
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:22:46

velocidad: 13.05 km/h  
 rendimiento en carrera: 4:28 min/km

posición en el recorrido/Total: 17 (de 149)  
 posición en el recorrido/Men: 17 (de 122)  
 mejor tiempo del recorrido: 1:10:12

posición en la categoría: 3(de 16)  
 mejor tiempo en la categoría: 1:14:48

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Men	Men				km	tiempo	min/km	categoría
Runde	9.30	40:43	4:22	3	4:14	18	6:19	9.30	40:43	4:22	3	4:14	18	6:19
Runde	9.00	41:19	4:35	3	3:42	19	6:12	18.30	1:22:02	4:28	3	7:56	17	12:31
Ziel	0.20	0:44	3:39	5	0:06	12	0:06	18.50	1:22:46	4:28	3	7:58	17	12:34