



16. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

evaluación detallada

Holland, Stephan

Asociación: Suhl  
 Dorsal: 521

recorrido: 18.50 km  
 Lange Strecke

categoría:  
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:29:42

velocidad: 12.04 km/h  
 rendimiento en carrera: 4:51 min/km

posición en el recorrido/Total: 45 (de 149)  
 posición en el recorrido/Men: 45 (de 122)  
 mejor tiempo del recorrido: 1:10:12

posición en la categoría: 8(de 16)  
 mejor tiempo en la categoría: 1:14:48

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
Runde	9.30	45:55	4:56	10	9:26	56	11:31	9.30	45:55	4:56	10	9:26	56	11:31
Runde	9.00	42:58	4:46	5	5:21	29	7:51	18.30	1:28:53	4:51	8	14:47	45	19:22
Ziel	0.20	0:49	4:04	7	0:11	30	0:11	18.50	1:29:42	4:50	8	14:54	45	19:30