



16. Ilmenauer Osterlauf
Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

evaluación detallada

Lindenlaub, Ralf

Asociación: Die flinken Gerataler
Dorsal: 315

recorrido: 9.30 km
Kurze Strecke

categoría:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 42:42

velocidad: 13.07 km/h
rendimiento en carrera: 4:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 45 (de 321)
posición en el recorrido/Men: 43 (de 189)
mejor tiempo del recorrido: 32:19

posición en la categoría: 3(de 21)
mejor tiempo en la categoría: 41:00