



16. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

evaluación detallada

**Mender, Maik**

Asociación: Arnstadt  
 Dorsal: 461

recorrido: 18.50 km  
 Lange Strecke

categoría:  
 Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 1:41:45

velocidad: 10.61 km/h  
 rendimiento en carrera: 5:30 min/km

posición en el recorrido/Total: 88 (de 149)  
 posición en el recorrido/Men: 80 (de 122)  
 mejor tiempo del recorrido: 1:10:12

posición en la categoría: 9(de 11)  
 mejor tiempo en la categoría: 1:10:12

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	Men	Men	Men				Men	Men		
Runde	9.30	51:21	5:31	10	16:57	92	16:57	9.30	51:21	5:31	10	16:57	92	16:57
Runde	9.00	49:25	5:29	9	14:18	67	14:18	18.30	1:40:46	5:30	9	31:15	80	31:15
Ziel	0.20	0:59	4:54	9	0:18	97	0:21	18.50	1:41:45	5:30	9	31:33	80	31:33