



16. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

evaluación detallada

Lichtenberg, Conny

Asociación: GröLiWelt  
 Dorsal: 450

recorrido: 18.50 km  
 Lange Strecke

categoría:  
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:42:43

velocidad: 10.81 km/h  
 rendimiento en carrera: 5:33 min/km

posición en el recorrido/Total: 96 (de 149)  
 posición en el recorrido/Men: 88 (de 122)  
 mejor tiempo del recorrido: 1:10:12

posición en la categoría: 13(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	Men	Men	Men				Men	Men		
Runde	9.30	50:12	5:23	13	13:43	81	15:48	9.30	50:12	5:23	13	13:43	81	15:48
Runde	9.00	51:37	5:44	12	14:00	86	16:30	18.30	1:41:49	5:33	13	27:43	88	32:18
Ziel	0.20	0:54	4:30	10	0:16	61	0:16	18.50	1:42:43	5:33	13	27:55	88	32:31