



16. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

evaluación detallada

**Wolter, Steffen**

Asociación: RennsteigSpirit.Training  
 Dorsal: 509

recorrido: 18.50 km  
 Lange Strecke

categoría:  
 Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 1:44:49

velocidad: 10.30 km/h  
 rendimiento en carrera: 5:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 104 (de 149)  
 posición en el recorrido/Men: 94 (de 122)  
 mejor tiempo del recorrido: 1:10:12

posición en la categoría: 9(de 16)  
 mejor tiempo en la categoría: 1:26:59

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	53:20	5:44	12	11:22	101	18:56	9.30	53:20	5:44	12	11:22	101	18:56
Runde	9.00	50:37	5:37	6	6:42	77	15:30	18.30	1:43:57	5:40	9	17:45	94	34:26
Ziel	0.20	0:52	4:19	5	0:05	54	0:14	18.50	1:44:49	5:39	9	17:50	94	34:37