



16. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

evaluación detallada

**Berndt, Roland**

Asociación: Erfurt  
 Dorsal: 408

recorrido: 18.50 km  
 Lange Strecke

categoría:  
 Senioren M65 (65-69 Jahre)

tiempo total: 1:53:11

velocidad: 9.54 km/h  
 rendimiento en carrera: 6:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 125 (de 149)  
 posición en el recorrido/Men: 107 (de 122)  
 mejor tiempo del recorrido: 1:10:12

posición en la categoría: 5(de 6)  
 mejor tiempo en la categoría: 1:28:58

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	km				tiempo	min/km		
Runde	9.30	56:05	6:01	5	11:52	109	21:41	9.30	56:05	6:01	5	11:52	109	21:41
Runde	9.00	56:11	6:14	5	12:11	105	21:04	18.30	1:52:16	6:08	5	24:03	107	42:45
Ziel	0.20	0:55	4:34	4	0:10	68	0:17	18.50	1:53:11	6:07	5	24:13	107	42:59