



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

evaluación detallada

Lenz, Sandra

Asociación: Schleusingen OT Waldau
 Dorsal: 556

recorrido: 18.50 km
 Lange Strecke

categoría:
 Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 1:54:06

velocidad: 9.47 km/h
 rendimiento en carrera: 6:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 126 (de 149)
 posición en el recorrido/Women: 19 (de 27)
 mejor tiempo del recorrido: 1:30:11

posición en la categoría: 3(de 3)
 mejor tiempo en la categoría: 1:39:04

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso categoría	posició Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posició categoría	retraso categoría	posició Women	retraso Women
Runde	9.30	55:47	5:59	3	8:15	20	11:32	9.30	55:47	5:59	3	8:15	20	11:32
Runde	9.00	57:22	6:22	3	6:48	18	13:22	18.30	1:53:09	6:10	3	15:03	19	23:47
Ziel	0.20	0:57	4:44	1	-	9	0:10	18.50	1:54:06	6:10	3	15:02	19	23:55