



17. Ilmenauer Osterlauf  
Ilmenau, Ortsteil Heyda / 16.04.2022

evaluación detallada

Lange, Heiko

Asociación: Rennsteiglaufverein Suhl  
Dorsal: 103

recorrido: 9.50 km  
Kurze Strecke

categoría:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 58:49

velocidad: 9.18 km/h  
rendimiento en carrera: 6:11 min/km

posición en el recorrido/Total: 146 (de 186)  
posición en el recorrido/Men: 109 (de 123)  
mejor tiempo del recorrido: 32:27

posición en la categoría: 11(de 14)  
mejor tiempo en la categoría: 38:08