



17. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 16.04.2022

evaluación detallada

Senglaub, Arvid

Asociación: Die flinken Gerataler  
 Dorsal: 338

recorrido: 18.50 km  
 Lange Strecke

categoría:  
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:25:17

velocidad: 12.66 km/h  
 rendimiento en carrera: 4:37 min/km

posición en el recorrido/Total: 20 (de 75)  
 posición en el recorrido/Men: 20 (de 57)  
 mejor tiempo del recorrido: 59:36

posición en la categoría: 4(de 9)  
 mejor tiempo en la categoría: 1:19:53

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición categoría	posición Men	retraso Men				posición categoría	posición Men	retraso Men	
Runde	9.30	42:51	4:36	6	2:57	24	9.30	42:51	4:36	10	2:57	58	12:56
Runde	9.00	41:39	4:37	2	2:34	18	18.30	1:24:30	4:37	10	5:31	57	25:28
Ziel	0.20	0:47	3:54	3	0:03	19	18.50	1:25:17	4:36	4	5:24	20	25:41