



18. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

evaluación detallada

Heimrich, Dominik

Asociación: Rennsteiglauf Verein LG Süd
 Dorsal: 354

recorrido: 18.50 km
 Lange Strecke

categoría:
 Senioren M45 (45-49)

tiempo total: 1:19:36

velocidad: 13.57 km/h
 rendimiento en carrera: 4:18 min/km

posición en el recorrido/Total: 15 (de 116)

posición en el recorrido/Men: 14 (de 94)

mejor tiempo del recorrido: 1:06:23

posición en la categoría: 3(de 10)

mejor tiempo en la categoría: 1:18:13

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
Runde	9.30	39:07	4:12	2	1:16	13	6:22	9.30	39:07	4:12	2	1:16	13	6:22
Runde	9.00	39:43	4:24	3	1:13	18	6:44	18.30	1:18:50	4:18	3	1:24	14	13:06
Ziel	0.20	0:46	3:50	2	0:07	18	0:07	18.50	1:19:36	4:18	3	1:23	14	13:13