



18. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

evaluación detallada

Senglaub, Arvid

Asociación: Die flinken Gerataler  
 Dorsal: 323

recorrido: 18.50 km  
 Lange Strecke

categoría:  
 Senioren M50 (50-54)

tiempo total: 1:28:26

velocidad: 12.21 km/h  
 rendimiento en carrera: 4:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 35 (de 116)  
 posición en el recorrido/Men: 32 (de 94)  
 mejor tiempo del recorrido: 1:06:23

posición en la categoría: 5(de 19)  
 mejor tiempo en la categoría: 1:14:41

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	Men				Men	Men		
Runde	9.30	42:53	4:36	4	6:12	29	10:08	9.30	42:53	4:36	4	6:12	29	10:08
Runde	9.00	44:41	4:57	7	7:23	38	11:42	18.30	1:27:34	4:47	5	13:35	32	21:50
Ziel	0.20	0:52	4:19	9	0:10	42	0:13	18.50	1:28:26	4:46	5	13:45	32	22:03