



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

evaluación detallada

Fabian Paradies

Asociación: Wiesbaden

Dorsal: 414

recorrido: 18.50 km

Lange Strecke

categoría:

Senioren M30 (30-34) L

tiempo total: 1:10:13

velocidad: 15.38 km/h

rendimiento en carrera: 3:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 2 (de 112)

posición en el recorrido/Men: 2 (de 87)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:45

posición en la categoría: 2(de 5)

mejor tiempo en la categoría: 1:03:45

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 min/km | retraso categoría | retraso Men | retraso Men | | |
| Runde | 9.20 | 34:44 | 3:46 | 2 | 3:13 | 2 | 3:13 | 9.20 | 34:44 | 3:46 | 2 | 3:13 | 2 | 3:13 |
| Runde | 9.00 | 34:46 | 3:51 | 2 | 3:09 | 2 | 3:09 | 18.20 | 1:09:30 | 3:49 | 2 | 6:22 | 2 | 6:22 |
| Ziel | 0.30 | 0:43 | 2:23 | 2 | 0:06 | 5 | 0:06 | 18.50 | 1:10:13 | 3:47 | 2 | 6:28 | 2 | 6:28 |