



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

evaluación detallada

Paul Friebe

tiempo total: 1:22:10

Dorsal: 320

velocidad: 13.14 km/h

rendimiento en carrera: 4:26 min/km

recorrido: 18.50 km

posición en el recorrido/Total: 12 (de 112)

Lange Strecke

posición en el recorrido/Men: 11 (de 87)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:45

categoría:

posición en la categoría: 3(de 5)

Senioren M30 (30-34) L

mejor tiempo en la categoría: 1:03:45

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	categoría	Men	Men				km	tiempo	min/km	categoría
Runde	9.20	40:32	4:24	3	9:01	12	9:01	9.20	40:32	4:24	3	9:01	12	9:01
Runde	9.00	40:48	4:31	3	9:11	12	9:11	18.20	1:21:20	4:28	3	18:12	11	18:12
Ziel	0.30	0:50	2:46	3	0:13	24	0:13	18.50	1:22:10	4:26	3	18:25	11	18:25