



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

evaluación detallada

Sören Lösch

Asociación: USV Jena, Orientierungslauf

Dorsal: 416

recorrido: 18.50 km

Lange Strecke

categoría:

Senioren M35 (35-39) L

tiempo total: 1:15:09

velocidad: 14.37 km/h

rendimiento en carrera: 4:03 min/km

posición en el recorrido/Total: 4 (de 112)

posición en el recorrido/Men: 4 (de 87)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:45

posición en la categoría: 1(de 9)

mejor tiempo en la categoría: 1:15:09

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
Runde	9.20	36:12	3:56	1	-	4	4:41	9.20	36:12	3:56	1	-	4	4:41
Runde	9.00	38:14	4:14	1	-	6	6:37	18.20	1:14:26	4:05	1	-	4	11:18
Ziel	0.30	0:43	2:23	1	-	5	0:06	18.50	1:15:09	4:03	1	-	4	11:24