



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

evaluación detallada

Christian Lohrengel

Asociación: Lläuft nur mit Jesus

Dorsal: 355

recorrido: 18.50 km

Lange Strecke

categoría:

Senioren M35 (35-39) L

tiempo total: 1:31:50

velocidad: 11.76 km/h

rendimiento en carrera: 4:57 min/km

posición en el recorrido/Total: 30 (de 112)

posición en el recorrido/Men: 29 (de 87)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:45

posición en la categoría: 4(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	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	posición Men	retraso Men		
Runde	9.20	45:46	4:58	4	9:34	38	14:15	9.20	45:46	4:58	4	9:34	38	14:15
Runde	9.00	45:20	5:02	4	7:06	26	13:43	18.20	1:31:06	5:00	4	16:40	29	27:58
Ziel	0.30	0:44	2:26	2	0:01	9	0:07	18.50	1:31:50	4:57	4	16:41	29	28:05