



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

evaluación detallada

Maik Harnack

Asociación: SV 08 Oehrenstock

Dorsal: 330

recorrido: 18.50 km

Lange Strecke

categoría:

Senioren M40 (40-44) L

tiempo total: 1:26:15

velocidad: 12.52 km/h

rendimiento en carrera: 4:39 min/km

posición en el recorrido/Total: 20 (de 112)

posición en el recorrido/Men: 19 (de 87)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:45

posición en la categoría: 6(de 19)

mejor tiempo en la categoría: 1:12:53

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	40:57	4:27	5	4:49	14	9:26	9.20	40:57	4:27	5	4:49	14	9:26
Runde	9.00	44:37	4:57	6	8:33	23	13:00	18.20	1:25:34	4:42	6	13:22	19	22:26
Ziel	0.30	0:41	2:16	1	-	2	0:04	18.50	1:26:15	4:39	6	13:22	19	22:30