



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

evaluación detallada

Marcel Köpke

tiempo total: 1:31:02

Dorsal: 345

velocidad: 11.86 km/h

rendimiento en carrera: 4:55 min/km

recorrido: 18.50 km

posición en el recorrido/Total: 28 (de 112)

Lange Strecke

posición en el recorrido/Men: 27 (de 87)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:45

categoría:

posición en la categoría: 8(de 19)

Senioren M40 (40-44) L

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 | posición Men | retraso Men | Total km | Total tiempo | Total posición | retraso categoría | posición Men | retraso Men | | |
| Runde | 9.20 | 42:14 | 4:35 | 7 | 6:06 | 20 | 10:43 | 9.20 | 42:14 | 4:35 | 7 | 6:06 | 20 | 10:43 |
| Runde | 9.00 | 47:50 | 5:18 | 10 | 11:46 | 35 | 16:13 | 18.20 | 1:30:04 | 4:56 | 8 | 17:52 | 27 | 26:56 |
| Ziel | 0.30 | 0:58 | 3:13 | 15 | 0:17 | 52 | 0:21 | 18.50 | 1:31:02 | 4:55 | 8 | 18:09 | 27 | 27:17 |