



# 19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

## evaluación detallada

**Sascha Grune**

Asociación: Rennsteig-Borussen

Dorsal: 48

recorrido: 18.50 km

Lange Strecke

categoría:

Senioren M40 (40-44) L

tiempo total: 1:35:53

velocidad: 11.58 km/h

rendimiento en carrera: 5:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 43 (de 112)

posición en el recorrido/Men: 41 (de 87)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:45

posición en la categoría: 12(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	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
Runde	9.20	46:51	5:05	11	10:43	45	15:20	9.20	46:51	5:05	11	10:43	45	15:20
Runde	9.00	48:08	5:20	12	12:04	38	16:31	18.20	1:34:59	5:13	12	22:47	41	31:51
Ziel	0.30	0:54	3:00	12	0:13	43	0:17	18.50	1:35:53	5:10	12	23:00	41	32:08