



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

evaluación detallada

christian hartung

tiempo total: 2:04:34

Dorsal: 410

velocidad: 8.67 km/h

rendimiento en carrera: 6:44 min/km

recorrido: 18.50 km

posición en el recorrido/Total: 107 (de 112)

Lange Strecke

posición en el recorrido/Men: 85 (de 87)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:45

categoría:

posición en la categoría: 19(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	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
Runde	9.20	1:00:14	6:32	18	24:06	83	28:43	9.20	1:00:14	6:32	18	24:06	83	28:43
Runde	9.00	1:03:13	7:01	19	27:09	81	31:36	18.20	2:03:27	6:46	19	51:15	85	1:00:19
Ziel	0.30	1:07	3:43	18	0:26	77	0:30	18.50	2:04:34	6:44	19	51:41	85	1:00:49