



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

## evaluación detallada

Vladislav Iakovlev

tiempo total: 1:28:37

Dorsal: 339

velocidad: 12.19 km/h

rendimiento en carrera: 4:47 min/km

recorrido: 18.50 km

posición en el recorrido/Total: 24 (de 112)

Lange Strecke

posición en el recorrido/Men: 23 (de 87)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:45

categoría:

posición en la categoría: 5(de 13)

Senioren M45 (45-49) L

mejor tiempo en la categoría: 1:15:52

## 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	44:03	4:47	5	6:47	28	12:32	9.20	44:03	4:47	5	6:47	28	12:32
Runde	9.00	43:47	4:51	4	6:00	21	12:10	18.20	1:27:50	4:49	5	12:47	23	24:42
Ziel	0.30	0:47	2:36	1	-	14	0:10	18.50	1:28:37	4:47	5	12:45	23	24:52