



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

## evaluación detallada

Jörg Mämpel

tiempo total: 1:42:19

Dorsal: 362

velocidad: 10.85 km/h

rendimiento en carrera: 5:31 min/km

recorrido: 18.50 km

posición en el recorrido/Total: 65 (de 112)

Lange Strecke

posición en el recorrido/Men: 57 (de 87)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:45

categoría:

posición en la categoría: 11(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	49:39	5:23	11	12:23	60	18:08	9.20	49:39	5:23	11	12:23	60	18:08
Runde	9.00	51:39	5:44	11	13:52	54	20:02	18.20	1:41:18	5:33	11	26:15	57	38:10
Ziel	0.30	1:01	3:23	11	0:14	59	0:24	18.50	1:42:19	5:31	11	26:27	57	38:34