



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

evaluación detallada

Matthias Hempel

Asociación: Südthüringentrail e.V.

Dorsal: 333

recorrido: 18.50 km

Lange Strecke

categoría:

Senioren M50 (50-54) L

tiempo total: 1:46:48

velocidad: 10.11 km/h

rendimiento en carrera: 5:46 min/km

posición en el recorrido/Total: 74 (de 112)

posición en el recorrido/Men: 64 (de 87)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:45

posición en la categoría: 10(de 13)

mejor tiempo en la categoría: 1:24:35

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 posición | retraso categoría | retraso Men | retraso Men | | |
| Runde | 9.20 | 49:55 | 5:25 | 10 | 8:43 | 62 | 18:24 | 9.20 | 49:55 | 5:25 | 10 | 8:43 | 62 | 18:24 |
| Runde | 9.00 | 55:51 | 6:12 | 12 | 13:19 | 68 | 24:14 | 18.20 | 1:45:46 | 5:48 | 10 | 22:02 | 64 | 42:38 |
| Ziel | 0.30 | 1:02 | 3:26 | 11 | 0:14 | 64 | 0:25 | 18.50 | 1:46:48 | 5:46 | 10 | 22:13 | 64 | 43:03 |