



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

evaluación detallada

Thomas Spantig

Asociación: Abgehts09

Dorsal: 393

recorrido: 18.50 km

Lange Strecke

categoría:

Senioren M55 (55-59) L

tiempo total: 1:26:08

velocidad: 12.54 km/h

rendimiento en carrera: 4:39 min/km

posición en el recorrido/Total: 19 (de 112)

posición en el recorrido/Men: 18 (de 87)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:45

posición en la categoría: 3(de 12)

mejor tiempo en la categoría: 1:20:59

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	posición Men	retraso Men		
Runde	9.20	41:57	4:33	3	1:54	19	10:26	9.20	41:57	4:33	3	1:54	19	10:26
Runde	9.00	43:25	4:49	3	3:12	19	11:48	18.20	1:25:22	4:41	3	5:06	18	22:14
Ziel	0.30	0:46	2:33	2	0:03	11	0:09	18.50	1:26:08	4:39	3	5:09	18	22:23