



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

## evaluación detallada

**Jens Köhler**

Asociación: Lauftreff Plaue

Dorsal: 343

recorrido: 18.50 km

Lange Strecke

categoría:

Senioren M55 (55-59) L

tiempo total: 1:44:19

velocidad: 10.35 km/h

rendimiento en carrera: 5:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 70 (de 112)

posición en el recorrido/Men: 61 (de 87)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:45

posición en la categoría: 6(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	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
				Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men		
Runde	9.20	50:57	5:32	7	10:54	63	19:26	9.20	50:57	5:32	7	10:54	63	19:26
Runde	9.00	52:26	5:49	6	12:13	57	20:49	18.20	1:43:23	5:40	6	23:07	61	40:15
Ziel	0.30	0:56	3:06	5	0:13	45	0:19	18.50	1:44:19	5:38	6	23:20	61	40:34