



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

## evaluación detallada

**Michael Seifried**

Asociación: Lufthansa Sportverein

Dorsal: 388

recorrido: 18.50 km

Lange Strecke

categoría:

Senioren M55 (55-59) L

tiempo total: 2:01:34

velocidad: 8.88 km/h

rendimiento en carrera: 6:34 min/km

posición en el recorrido/Total: 102 (de 112)

posición en el recorrido/Men: 80 (de 87)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:45

posición en la categoría: 12(de 12)

mejor tiempo en la categoría: 1:20:59

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Men	Men				km	tiempo	min/km	categoría
Runde	9.20	56:43	6:09	12	16:40	77	25:12	9.20	56:43	6:09	12	16:40	77	25:12
Runde	9.00	1:03:45	7:04	10	23:32	82	32:08	18.20	2:00:28	6:37	12	40:12	80	57:20
Ziel	0.30	1:06	3:40	9	0:23	75	0:29	18.50	2:01:34	6:34	12	40:35	80	57:49