



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

## evaluación detallada

**Holger Herrmann**

Asociación: Vitzerod Devils

Dorsal: 334

recorrido: 18.50 km

Lange Strecke

categoría:

Senioren M60 (60-64) L

tiempo total: 1:49:19

velocidad: 9.88 km/h

rendimiento en carrera: 5:54 min/km

posición en el recorrido/Total: 78 (de 112)

posición en el recorrido/Men: 68 (de 87)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:45

posición en la categoría: 3(de 6)

mejor tiempo en la categoría: 1:39:41

## 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 min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
Runde	9.20	53:31	5:49	3	3:59	67	22:00	9.20	53:31	5:49	3	3:59	67	22:00
Runde	9.00	54:42	6:04	3	5:30	64	23:05	18.20	1:48:13	5:56	3	9:23	68	45:05
Ziel	0.30	1:06	3:40	3	0:15	75	0:29	18.50	1:49:19	5:54	3	9:38	68	45:34