



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

## evaluación detallada

**Holger Lesser**

Asociación: Erfurt

Dorsal: 351

recorrido: 18.50 km

Lange Strecke

categoría:

Senioren M60 (60-64) L

tiempo total: 1:58:22

velocidad: 9.12 km/h

rendimiento en carrera: 6:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 90 (de 112)

posición en el recorrido/Men: 74 (de 87)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:45

posición en la categoría: 4(de 6)

mejor tiempo en la categoría: 1:39:41

## 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		
Runde	9.20	56:22	6:07	4	6:50	76	24:51	9.20	56:22	6:07	4	6:50	76	24:51
Runde	9.00	1:00:45	6:45	5	11:33	78	29:08	18.20	1:57:07	6:26	4	18:17	74	53:59
Ziel	0.30	1:15	4:10	6	0:24	86	0:38	18.50	1:58:22	6:23	4	18:41	74	54:37