



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

### evaluación detallada

Minh Dam Hai

tiempo total: 55:26

Dorsal: 21

velocidad: 9.74 km/h

rendimiento en carrera: 5:57 min/km

recorrido: 9.30 km

posición en el recorrido/Total: 138 (de 239)

Kurze Strecke

posición en el recorrido/Men: 95 (de 140)

mejor tiempo del recorrido: 32:54

categoría:

posición en la categoría: 14(de 20)

Senioren M30 (30-34)

mejor tiempo en la categoría: 35:41