



15. Ilmenauer Osterlauf
Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

Exploitation détaillée

FREITAG, Roman

Association: Katholische Laufjugend Arnstadt
Dossard: 376

Circuit: 18.50 km
Lange Strecke

Catégorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 1:11:05

Vitesse: 15.19 km/h
Kilométrage: 3:50 min/km

Place par parcours/Total: 5 (de 144)
Place par parcours/Hommes: 5 (de 118)
Meilleur temps dans le parcours: 1:06:50
Place par catégorie: 2(de 13)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:09:17

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard								
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes					
Runde	9.30	34:51	3:44	2	0:55	5	1:52	9.30	34:51	3:44	2	0:55	5	1:52	9.30	34:51	3:44	2	0:55	5	1:52	9.30	34:51	3:44	2	0:55	5	1:52	9.30	34:51	3:44	2	0:55	5	1:52
Runde	9.00	35:37	3:57	2	0:54	4	2:23	18.30	1:10:28	3:51	2	1:49	5	4:15	18.30	1:10:28	3:51	2	1:49	5	4:15	18.30	1:10:28	3:51	2	1:49	5	4:15	18.30	1:10:28	3:51	2	1:49	5	4:15
Ziel	0.20	0:37	3:05	1	-	2	0:02	18.50	1:11:05	3:50	2	1:48	5	4:15	18.50	1:11:05	3:50	2	1:48	5	4:15	18.50	1:11:05	3:50	2	1:48	5	4:15	18.50	1:11:05	3:50	2	1:48	5	4:15