



15. Ilmenauer Osterlauf  
Ilmenau, Ortsteil Heyda / 31.03.2018

### Exploitation détaillée

**Krämer, Bernhard**

Association: Running Gerhards  
Dossard: 477

Circuit: 18.50 km  
Lange Strecke

Catégorie:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 1:27:32

Vitesse: 12.34 km/h  
Kilométrage: 4:44 min/km

Place par parcours/Total: 37 (de 144)  
Place par parcours/Hommes: 35 (de 118)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:06:50  
Place par catégorie: 4(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
Runde	9.30	44:32	4:47	6	10:36	43	11:33	9.30	44:32	4:47	6	10:36	43	11:33	9.30	44:32	4:47	6	10:36	43	11:33	6	10:36	43	11:33	6	10:36	43	11:33
Runde	9.00	42:10	4:41	6	7:27	26	8:56	18.30	1:26:42	4:44	4	18:03	35	20:29	18.30	1:26:42	4:44	4	18:03	35	20:29	4	18:03	35	20:29	4	18:03	35	20:29
Ziel	0.20	0:50	4:10	7	0:13	49	0:15	18.50	1:27:32	4:43	4	18:15	35	20:42	18.50	1:27:32	4:43	4	18:15	35	20:42	4	18:15	35	20:42	4	18:15	35	20:42