



16. Ilmenauer Osterlauf  
Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

### Exploitation détaillée

Lange, Heiko

Association: Rennsteig-LV-Suhl  
Dossard: 447

Circuit: 18.50 km  
Lange Strecke

Catégorie:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Temps total: 1:40:22

Vitesse: 11.06 km/h  
Kilométrage: 5:26 min/km

Place par parcours/Total: 79 (de 149)  
Place par parcours/Hommes: 72 (de 122)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:10:12  
Place par catégorie: 4(de 16)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:26:59

#### Temps intermédiaires

#### Résultats d'étape

#### Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Runde	9.30	49:57	5:22	5	7:59	79	15:33	9.30	49:57	5:22	5	7:59	79	15:33
Runde	9.00	49:26	5:29	5	5:31	69	14:19	18.30	1:39:23	5:25	4	13:11	72	29:52
Ziel	0.20	0:59	4:54	12	0:12	97	0:21	18.50	1:40:22	5:25	4	13:23	72	30:10