



18. Ilmenauer Osterlauf
Ilmenau, Ortsteil Heyda / 08.04.2023

Exploitation détaillée

Heimrich, Dominik

Association: Rennsteiglauf Verein LG Süd
Dossard: 354

Circuit: 18.50 km
Lange Strecke

Catégorie:
Senioren M45 (45-49)

Temps total: 1:19:36

Vitesse: 13.57 km/h
Kilométrage: 4:18 min/km

Place par parcours/Total: 15 (de 116)
Place par parcours/Hommes: 14 (de 94)
Meilleur temps dans le parcours: 1:06:23
Place par catégorie: 3(de 10)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:18:13

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	39:07	4:12	2	1:16	13	6:22	9.30	39:07	4:12	2	1:16	13	6:22	
Runde	9.00	39:43	4:24	3	1:13	18	6:44	18.30	1:18:50	4:18	3	1:24	14	13:06	
Ziel	0.20	0:46	3:50	2	0:07	18	0:07	18.50	1:19:36	4:18	3	1:23	14	13:13	