



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

## Exploitation détaillée

**Andy Lüdecke**

Association: N3 Sportverein

Dossard: 356

Circuit: 18.50 km

Lange Strecke

Catégorie:

Senioren M40 (40-44) L

Temps total: 1:29:51

Vitesse: 12.02 km/h

Kilométrage: 4:51 min/km

Place par parcours/Total: 27 (de 112)

Place par parcours/Hommes: 26 (de 87)

Meilleur temps dans le parcours: 1:03:45

Place par catégorie: 7(de 19)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:12:53

## 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	9.20	43:06	4:41	8	6:58	25	11:35	9.20	43:06	4:41	8	6:58	25	11:35
Runde	9.00	45:54	5:05	8	9:50	29	14:17	18.20	1:29:00	4:53	7	16:48	26	25:52
Ziel	0.30	0:51	2:50	9	0:10	29	0:14	18.50	1:29:51	4:51	7	16:58	26	26:06