



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Sascha Grune

Association: Rennsteig-Borussen

Dossard: 48

Circuit: 18.50 km

Lange Strecke

Catégorie:

Senioren M40 (40-44) L

Temps total: 1:35:53

Vitesse: 11.58 km/h

Kilométrage: 5:10 min/km

Place par parcours/Total: 43 (de 112)

Place par parcours/Hommes: 41 (de 87)

Meilleur temps dans le parcours: 1:03:45

Place par catégorie: 12(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	46:51	5:05	11	10:43	45	15:20	9.20	46:51	5:05	11	10:43	45	15:20
Runde	9.00	48:08	5:20	12	12:04	38	16:31	18.20	1:34:59	5:13	12	22:47	41	31:51
Ziel	0.30	0:54	3:00	12	0:13	43	0:17	18.50	1:35:53	5:10	12	23:00	41	32:08