



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Norman Winkler

Association: Laufladen Erfurt OCR Team

Dossard: 403

Circuit: 18.50 km

Lange Strecke

Catégorie:

Senioren M45 (45-49) L

Temps total: 1:36:11

Vitesse: 11.23 km/h

Kilométrage: 5:11 min/km

Place par parcours/Total: 44 (de 112)

Place par parcours/Hommes: 42 (de 87)

Meilleur temps dans le parcours: 1:03:45

Place par catégorie: 8(de 13)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:15:52

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 | 46:45 | 5:04 | 8 | 9:29 | 44 | 15:14 | 9.20 | 46:45 | 5:04 | 8 | 9:29 | 44 | 15:14 |
| Runde | 9.00 | 48:33 | 5:23 | 8 | 10:46 | 40 | 16:56 | 18.20 | 1:35:18 | 5:14 | 8 | 20:15 | 42 | 32:10 |
| Ziel | 0.30 | 0:53 | 2:56 | 7 | 0:06 | 38 | 0:16 | 18.50 | 1:36:11 | 5:11 | 8 | 20:19 | 42 | 32:26 |