



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

## Exploitation détaillée

**Jens Köhler**

Association: Laufftreff Plaue

Dossard: 343

Circuit: 18.50 km

Lange Strecke

Catégorie:

Senioren M55 (55-59) L

Temps total: 1:44:19

Vitesse: 10.64 km/h

Kilométrage: 5:38 min/km

Place par parcours/Total: 70 (de 112)

Place par parcours/Hommes: 61 (de 87)

Meilleur temps dans le parcours: 1:03:45

Place par catégorie: 6(de 12)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:20:59

## 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	9.20	50:57	5:32	7	10:54	63	19:26	9.20	50:57	5:32	7	10:54	63	19:26
Runde	9.00	52:26	5:49	6	12:13	57	20:49	18.20	1:43:23	5:40	6	23:07	61	40:15
Ziel	0.30	0:56	3:06	5	0:13	45	0:19	18.50	1:44:19	5:38	6	23:20	61	40:34