



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

## Detalizēti rezultāti

Ron Voßhage

Numurs: 398

Posms: 18.50 km

Lange Strecke

Grupa:

Senioren M30 (30-34) L

Kopējais laiks: 1:34:16

Ātrums: 11.46 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:05 min/km

Vieta distancē/Kopā: 35 (no 112)

Vieta distancē/Vīrieši: 34 (no 87)

Distances labākais laiks: 1:03:45

Vieta grupā: 4(no 5)

Grupas labākais laiks: 1:03:45

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums: grupā	Vietāztrūkums: grupā	Vietāztrūkums: Vīrieši	Vietāztrūkums: Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums: grupā	Vietāztrūkums: grupā	Vietāztrūkums: Vīrieši	Vietāztrūkums: Vīrieši
Runde	9.20	45:28	4:56	5	13:57	33	13:57	9.20	45:28	4:56	5	13:57	33	13:57
Runde	9.00	47:51	5:18	4	16:14	36	16:14	18.20	1:33:19	5:07	4	30:11	34	30:11
Ziel	0.30	0:57	3:09	4	0:20	49	0:20	18.50	1:34:16	5:05	4	30:31	34	30:31