



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

## Detalizēti rezultāti

**Maik Harnack**

Klubs: SV 08 Oehrenstock

Numurs: 330

Posms: 18.50 km

Lange Strecke

Grupa:

Senioren M40 (40-44) L

Kopējais laiks: 1:26:15

Ātrums: 12.52 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:39 min/km

Vieta distancē/Kopā: 20 (no 112)

Vieta distancē/Vīrieši: 19 (no 87)

Distances labākais laiks: 1:03:45

Vieta grupā: 6(no 19)

Grupas labākais laiks: 1:12:53

## 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	40:57	4:27	5	4:49	14	9:26	9.20	40:57	4:27	5	4:49	14	9:26
Runde	9.00	44:37	4:57	6	8:33	23	13:00	18.20	1:25:34	4:42	6	13:22	19	22:26
Ziel	0.30	0:41	2:16	1	-	2	0:04	18.50	1:26:15	4:39	6	13:22	19	22:30