



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

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

## Detalizēti rezultāti

**Sascha Grune**

Klubs: Rennsteig-Borussen

Numurs: 48

Posms: 18.50 km

Lange Strecke

Grupa:

Senioren M40 (40-44) L

Kopējais laiks: 1:35:53

Ātrums: 11.26 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:10 min/km

Vieta distancē/Kopā: 43 (no 112)

Vieta distancē/Vīrieši: 41 (no 87)

Distances labākais laiks: 1:03:45

Vieta grupā: 12(no 19)

Grupas labākais laiks: 1:12:53

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	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	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