



40. Oster-Ilsetalllauf
Ilsenburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Gassner, Nils

Verein: Clausthal-Zellerfeld
Startnummer: 223

Strecke: 8,70 km
8,7 km - Lauf

Kategorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 52:17

Geschwindigkeit: 9,98 km/h
Laufleistung: 6:01 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 90 (von 121)
Strecken-Platzierung/Männer: 57 (von 67)
Bestzeit der Strecke: 31:48

Kategorie-Platzierung: 5(von 5)
Bestzeit in der Kategorie: 32:33

Zwischenzeiten		Teilstreckenwertung						Gesamtwertung						
Kontrolle	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Abzweig Tännental	4,00	26:00	6:30	5	10:17	60	10:35	4,00	26:00	6:30	5	10:17	60	10:35
Ilsenburg/Markt	4,70	26:17	5:35	5	9:27	53	9:54	8,70	52:17	6:00	5	19:44	57	20:29