



40. Oster-Ilsetalllauf  
Ilsenburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Klinder, Ingolf

Verein: TSV Reinbek  
Startnummer: 149

Strecke: 16,50 km  
16,5 km - Lauf

Kategorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:09:53

Geschwindigkeit: 14,17 km/h  
Laufleistung: 4:14 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 8 (von 135)  
Strecken-Platzierung/Männer: 8 (von 102)  
Bestzeit der Strecke: 1:03:29

Kategorie-Platzierung: 1(von 15)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:09:53

| Kontrolle         | Teilstreckenwertung |            |              |            |              |              |                | Gesamtwertung |             |               |            |              |              |                |
|-------------------|---------------------|------------|--------------|------------|--------------|--------------|----------------|---------------|-------------|---------------|------------|--------------|--------------|----------------|
|                   | 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                | 17:20      | 4:19         | 2          | 0:20         | 9            | 1:55           | 4,00          | 17:20       | 4:19          | 2          | 0:20         | 9            | 1:55           |
| Plessenburg       | 3,00                | 18:26      | 6:08         | 1          | -            | 5            | 1:36           | 7,00          | 35:46       | 5:06          | 1          | -            | 7            | 3:17           |
| Abzweig rote Brü  | 3,00                | 13:51      | 4:36         | 1          | -            | 8            | 1:24           | 10,00         | 49:37       | 4:57          | 1          | -            | 7            | 4:41           |
| Ilsenburg/Markt   | 6,50                | 20:16      | 3:07         | 3          | 0:30         | 12           | 1:46           | 16,50         | 1:09:53     | 4:14          | 1          | -            | 8            | 6:24           |