



40. Oster-Ilsetalllauf

Ilseburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Cäsar, Christian

Verein: Harz-Gebirgslauf Wernigerode
Startnummer: 25

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

Kategorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:12:01

Geschwindigkeit: 13,33 km/h
Laufleistung: 4:22 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 12 (von 135)
Strecken-Platzierung/Männer: 12 (von 102)
Bestzeit der Strecke: 1:03:29

Kategorie-Platzierung: 3(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	17:00	4:15	1	-	6	1:35	4,00	17:00	4:15	1	-	6	1:35
Plessenburg	3,00	20:30	6:49	3	2:04	17	3:40	7,00	37:30	5:21	2	1:44	14	5:01
Abzweig rote Brü	3,00	14:45	4:55	3	0:54	19	2:18	10,00	52:15	5:13	3	2:38	16	7:19
Ilseburg/Markt	6,50	19:46	3:02	1	-	8	1:16	16,50	1:12:01	4:21	3	2:08	12	8:32